

## Soffocamento (Valanga) Annegamento

**CURA:** Massaggio sul cuore con alcool, dare schiaffi e pizzichi all'infortunato; infine far compiere la respirazione artificiale.

*Non* far bere se il soggetto è incosciente: *non* fare la respirazione artificiale se vi sono fratture di torace o di braccia.

## Strappo muscolare

Vedi: *Contusione*.

## Svenimento

**CURA:**

a) Se il soggetto è *pallido* lasciare sdraiato; rinvenuto far bere cognac, grappa o «Coramina» per bocca.

b) Se il soggetto è *cianotico*, bluastro (vedi: *Colpo di sole o di calore*).

## Ustioni

**CURA:** Garza sterile, calmanti.

## SEGNALI DI

## SOCCORSO

## ALPINO



*Chiamata:*

Lanciare SEI volte in un minuto un segnale ottico od acustico. Ripetere i segnali dopo un minuto.

*Risposta:*

Lanciare TRE volte in un minuto un segnale ottico od acustico.

E' fatto obbligo a chiunque intercetta un segnale di soccorso di avvertire il «Posto di Chiamata» o la «Stazione di Soccorso Alpino» più vicina, o il custode del Rifugio o le guide o le comitive che incontrasse.

## Respirazione bocca - bocca

1) Pulizia del cavo (neve - terra).

2) Mettere il malato sdraiato con pancia in su o per lo meno di fianco con il viso rivolto di fianco (A).

3) Coricarsi di fianco parallelamente al malato, meglio se in un piano sottostante. Sollevare la mandibola con la mano destra (B).

4) Chiudere con la mano il naso.

5) Mettere un fazzoletto tra bocca e bocca.

6) Espirare e inspirare aria almeno 30 volte al minuto (C).

7) Abbandonare la faccia, ma mantenere la testa del paziente nella medesima posizione. L'espiazione avviene automaticamente (D).

## Contusione

**SINTOMI:** Dolore, gonfiore, macchia blu.

**CURA:** Impacchi freddi.

## Distorsione

**SINTOMI:** Dolore, gonfiore, a volte macchia blu alla caviglia, ginocchio, polso.

**CURA:** Bendaggio compressivo. Braccio al collo, gamba immobilizzata su stecca orizzontale. Per *distorsione di caviglia* non togliere lo scarpone.

## Puntura d'insetti

**CURA:** Bicarbonato umido o cenere umida. Rimedio d'urgenza: *impacco con acqua fredda*.

## Puntura di vipera

**CURA:** Legare subito il braccio o la gamba sopra la puntura. Spremere per far uscire il sangue (*mai succhiare*) dopo aver inciso con temperino o coltello in corrispondenza del morso. Bruciare la ferita con ferro rovente o braccia di sigaretta. Iniettare al più presto siero antivipera. Se la ferita è alla gamba non camminare ma trasportare.

## Frattura

**SINTOMI:** Dolore acuto, impossibilità di usare l'arto lesa, gonfiore o deformità.

**CURA:** Trasportare *soltanto quando l'arto lesa è stato immobilizzato*.

a) Imbottire con panni, ovatta, maglie ecc.

b) Adagiare su un'assicella.

c) Bendare con garza, corde, cinghie, bretelle ecc.

Sostituire l'assicella, quando manchi, con stecche di legno, rami d'albero, bastoni, piccozze, ecc., che vanno fissati col bendaggio.

D'inverno in montagna, mai togliere vestiti o calze. Mai tentare di mettere a posto una frattura a meno che un arto non ciondoli: in tal caso afferrare mano o piede e tirare senza strappi fino a raggiungere una buona posizione; poi immobilizzare. Per calmare il dolore e lo stato ansioso: «Coramina», «Veramon».

## Colpo di sole o colpo di calore

**SINTOMI:** Capo pesante, annebbiamento della vista, pelle scottante, sete intensa, incoscienza.

**CURA:** Portare subito all'ombra e far sedere in un luogo ventilato; aprire i vestiti, acqua fredda o neve sul capo. *Non alcoolici.*

## Congelamento

a) *locale:*

**CURA:** Leggero massaggio e attivo movimento. Se in dieci minuti non accenna a risolversi, bagni in acqua a non più di 10 gradi.

b) *generale o assideramento:*

Sonnolenza, apatia, debolezza e incoscienza.

**CURA:** Muovere e massaggiare energeticamente il corpo; bevande calde non però alcoolici o eccitanti (possibilità di ricupero se la temperatura non è scesa sotto i -23 gradi).

2

## Ferita

**CURA:** Lasciare sanguinare un poco. Disinfettare la pelle attorno alla ferita con «Citrosil». Coprire la ferita con garza sterile e fasciare. Se sanguina ancora sovrapporre una seconda fasciatura più stretta. *In presenza di una emorragia arteriosa* (sangue rosso vivo, che esce a fiotti) *stringere un laccio* (o corda, bretelle, cintura, fazzoletti) un palmo sopra la ferita, per non oltre due ore e ogni quarto d'ora aprirlo per pochi minuti.

Per forte perdita di sangue, ristorare con caffè o tè caldo molto zuccherati.

Per ferite gravi di muscoli, tendini, articolazioni disinfettare e coprire con garza sterile. Poi *immobilizzare e trasportare come in caso di frattura di braccio o di gamba.*

## Lesioni interne

4

a) *capo* (lesioni del cervello):

**SINTOMI:** Perdita di conoscenza, sangue dalle orecchie, naso; vomito.

**CURA:** Far giacere immobile, supino. *Non far bere.* Neve, ghiaccio o impacco freddo sul capo.

b) *torace* (lesioni polmonari a volte anche per fratture costali):

**SINTOMI:** Sputo sanguigno, schiumoso.

**CURA:** Trasportare seduto e immobile, bevande fredde.

c) *addome* (lesioni dello stomaco o intestini):

**SINTOMI:** Ventre duro, gonfio, dolentissimo.

**CURA:** *Nulla per bocca.* Trasportare *semiseduto e a ginocchie piegate.* Borsa di ghiaccio o neve sul ventre.

## Respirazione bocca - naso

1), 2) e 3) come la precedente.

4) Chiudere la bocca del paziente, fare una profonda inspirazione, applicare la propria bocca al naso del paziente, insufflare finché il torace del paziente non s'innalza.

5) Abbandonare la faccia ma mantenere la testa del paziente nella medesima posizione.

6) L'aspirazione avviene automaticamente.

7) Insufflare nuovamente ad aspirazione cessata.

N.B. - *Praticare i primi 10 atti respiratori velocemente e poi continuare a ritmo più lento.*

11

## Respirazione artificiale

Composta di espirazioni rapide e inspirazioni lente (15 al minuto). Il paziente sarà sdraiato colla schiena al suolo, aperti colletti e cintura, sci sotto la schiena (se sulla neve), liberare dalla neve naso e bocca. La testa va girata di fianco.

*1° tempo:* espirazione (rapida): afferrati i polsi del paziente si portano sopra il petto, appoggiandovisi con tutto il peso del corpo rapidamente.

*2° tempo:* inspirazione (*lenta*): sempre tenendo i polsi afferrati, si distendono le braccia del paziente in fuori e in alto fino a far raggiungere loro il suolo, nella posizione del crocefisso.

## Lussazione

Uscita di un capo osseo dalla sua articolazione: dolore, gonfiore, rigidità di posizione e deformazione tipica.

**CURA:** Immobilizzare nella posizione meno dolorosa. Mai tentare di mettere a posto una lussazione.

## Male di montagna

**SINTOMI:** Senso di sfinimento, nausea, vomito, polso frequente ed appena percettibile sonnolenza.

**CURA:** Far scendere rapidamente il colpito. Eccitanti, caffè, «Coramina».

## Morte

Occhio vitreo, membra rigide. Le parti del corpo che toccano il suolo hanno un colore rosso-bluastrò.

6

7