

ISTRUZIONI PER LA RIANIMAZIONE CARDIOPOLMONARE

La rianimazione cardiopolmonare prevede l'esecuzione di due determinate manovre: massaggio cardiaco (compressioni toraciche) e ventilazione artificiale (respirazione bocca-bocca o respirazione bocca-maschera).

Perché effettuare il massaggio cardiaco prima dell'arrivo dei soccorritori.

Iniziare il massaggio cardiaco non appena il cuore smette di battere è importante anche per prevenire danni cerebrali irreversibili.

Il massaggio cardiaco è una procedura che può permettere di salvare la vita a una persona in arresto cardiaco. Le manovre di rianimazione cardiopolmonare possono rallentare il processo di morte iniziato con l'interruzione dell'ossigenazione. Per riuscirci, il soccorritore può far circolare il sangue della vittima fornendo almeno un po' dell'ossigeno necessario alle cellule (e di cui sono state private dall'arresto cardiaco) con la rianimazione cardiopolmonare.

Cosa fare prima di iniziare un massaggio cardiaco

Se trovi una persona priva di sensi, cerca subito di capire se ha avuto un arresto cardiaco.

Si può dire che una persona è in arresto cardiaco (e quindi in imminente pericolo di vita) quando è priva di coscienza, non si risveglia e non reagisce se viene chiamata e scossa, non respira normalmente o non respira affatto e non mostra alcun movimento.

Una volta accertato che si tratta di arresto cardiaco, chiama immediatamente il 112/118, senza allontanarti dalla vittima. Se c'è qualcuno insieme a te, incaricalo di cercare un defibrillatore DAE nelle vicinanze. Defibrillare entro 3-5 minuti dall'inizio dell'arresto cardiaco può infatti aumentare la sopravvivenza fino al 50-70%.

L'operatore del 112/118, oltre a inviare sul posto l'ambulanza, potrà guidarti nelle procedure da seguire per effettuare il massaggio cardiaco.

Come fare un massaggio cardiaco

Posizione: inginocchiati a fianco del paziente e mettilo su un piano rigido in posizione supina (a pancia in su), allineando braccia e gambe, preferibilmente su una superficie rigida (come il pavimento), altrimenti le compressioni toraciche rischiano di essere inefficaci.

Iperestensione del capo: posiziona la mano sulla fronte e porta indietro il capo. Con l'indice e il medio dell'altra mano, solleva il mento per aprire le vie aeree.

Mani: posiziona il palmo della mano al centro del torace del paziente, cioè nella metà inferiore del suo sterno. Poni la mano destra sopra la sinistra e intreccia le dita. Tieni le braccia tese e rigide e posiziona il tuo corpo in modo perpendicolare al torace del paziente.

Compressioni: con il palmo della mano, sfruttando il peso del tuo corpo, comprimi il torace di circa 5 cm e non più di 6. Dopo ogni compressione, rilascia la pressione sul petto, ma senza staccare le mani dal torace. Il ritmo delle compressioni dev'essere costante e alla giusta velocità: l'ideale è fare 3 compressioni ogni 2 secondi. Esegui 30 compressioni toraciche.

Come fare la ventilazione artificiale.

Mantenendo ancora l'iperestensione del capo, tappa il naso con le dita posizionate sulla fronte e posiziona le tue labbra attorno a quelle del paziente. Soffia dentro la bocca del paziente in modo continuo per circa un secondo, come in una normale espirazione e osserva il torace espandersi. Attendi un secondo e soffia una seconda volta.

Ripeti la sequenza di 30 compressioni toraciche e 2 insufflazioni fino a quando arriva il defibrillatore, che potrai utilizzare seguendo le indicazioni vocali emesse dal dispositivo salvavita.