

RICONOSCERE → CHIAMARE AIUTO → COMPRIMERE



Città di Bolzano
Stadt Bozen

I passi fondamentali quando si rinviene una persona inanimata:

1. RICONOSCERE

Chiamate la persona e scuotetela leggermente alle spalle: nessuna reazione? Controllate la **respirazione**: il respiro è assente o non si rileva un respiro normale (respiro agonico)?



2. CHIAMARE AIUTO

Chiamate subito il **112** o incaricate un'altra persona! Chiedete se ci sono persone disposte ad aiutarvi. Se possibile, mandate qualcuno a prendere un defibrillatore.



4. C'è un DAE (Defibrillatore Automatico Esterno) disponibile?

Accendete il DAE e seguite le indicazioni acustiche. L'utilizzo del DAE è semplice e sicuro e può riportare il cuore in fibrillazione ad un ritmo regolare. I defibrillatori si possono trovare in moltissime strutture sportive e luoghi pubblici.



Download Pronto Soccorso APP



<https://play.google.com/store/apps/details?id=my.company.iFirstAid>
<https://itunes.apple.com/it/app/primo-soccorso/id295175159?mt=8>

3. COMPRIMERE

Iniziate subito il massaggio cardiaco!

- Liberare il torace
- Posizionate la parte inferiore del palmo della mano al **centro del torace**, quindi sovrapponetevi l'altra mano
- Incrociate le dita. Tenete le braccia distese e posizionatevi con le spalle perpendicolari al punto di compressione: ciò vi darà maggiore forza.
- Comprimete lo sterno per **5 - 6 cm**
- Massaggiate con una **frequenza di 100-120 compressioni al minuto**
- Non fermatevi fino all'arrivo dei soccorsi
- I soccorritori addestrati devono praticare la **respirazione bocca a bocca**, alternando 30 compressioni a due respirazioni

I defibrillatori sono collocati nei seguenti punti della città:



Quartiere Centro-Pian-Rencio:

- Piazza Domenicani/farmacia comunale
- Via Rencio/ex Agnello
- Piazza Walther
- Piazza Municipio
- Via Laurino
- Via Museo/Museo Archeologico



Quartiere Gries-S. Quirino:

- Antico Municipio di Gries Centro Civico



Quartiere Europa-Novacella:

- Piazza Matteotti



Quartiere Don Bosco:

- Piazza Don Bosco Centro Civico



Quartiere Oltrisarco-Asiago:

- Piazza Angela Nikoletti Centro Civico

Pubblicazione: Comune di Bolzano (S.7 Ufficio Geologia, Protezione civile ed Energia) in collaborazione con la Croce Bianca Bolzano

112

**COMUNE
CARDIO
PROTETTO**

**RIANIMAZIONE
ARRESTO CARDIACO
COSA FARE?**

Il tempestivo inizio del massaggio cardiaco e l'utilizzo di un defibrillatore possono raddoppiare o addirittura triplicare le possibilità di sopravvivenza.