



INSERTO di SCOUT AVVENTURA n.3 di Aprile 2003



Coordinamento editoriale:

Giorgio Cusma

Progetto grafico:

Giovanna Mathis

Impaginazione:

Giovanna Mathis,

Gigi Marchitelli

Testi di:

Mauro Bonomini

Filomena Calzedda

Antonio Oggiano

Isabella Samà

Disegni di:

Stefano Sandri

Paolo Vanzini

Foto di:

Mauro Bonomini

Pronto Soccorso

a cura di Antonio Oggiano

Essere utili ed aiutare gli altri è un impegno serio per ogni bravo esploratore e guida, ma ci sono situazioni di emergenza in cui è richiesta anche una buona dose di preparazione e competenza.

E allora è bene conoscere alcune norme principali di pronto soccorso per poter fare il nostro dovere; B.-P. in "Scoutismo per ragazzi" dice "...è infatti certo che ognuno di voi scouts si troverà ad assistere, un giorno o l'altro, ad un incidente. In tal caso, se saprete cosa bisogna fare ed agirete con prontezza, potrete procurarvi la perenne soddisfazione

di avere salvato o aiutato una vita umana."

Se vuoi davvero acquisire questa competenza sarà sufficiente un pizzico di impegno in più e potrai essere "l'infermiere" del reparto.. È ovviamente essenziale anche una buona dose di coraggio e di "sangue freddo" si tratta sempre di situazioni di emergenza in cui è importante pensare e capire che cosa si deve fare prima di agire.

Nelle pagine seguenti troverai alcuni suggerimenti e idee che ti saranno utili sia per raggiungere la competenza sia per essere comunque dei buoni Scout o Guide.

PER CONQUISTARE IL BREVETTO DI PRONTO SOCCORSO, DEVI:

Essere in possesso di almeno tre specialità, oltre Infermiere che è obbligatorio, da scegliere fra le seguenti: *Alpinista, Hebertista, Nuotatore, Corrispondente radio, Segnalatore, Topografo, Pompieri, Campeggiatore*

Dovrai inoltre:

- Aggiornare e mantenere in ordine la cassetta del Pronto Soccorso di reparto
- Conoscere le norme di asepsi di base
- sapere come intervenire in situazioni di emergenza (es. affogamento, colpo di calore, avvelenamento, assideramento ecc)
- Frequentare un corso di Pronto Soccorso organizzato da un associazione che si

occupa di questo ambito (es. Misericordia, Volontari del soccorso, Croce rossa)

- Organizzare un'attività per tutto il reparto in cui si sperimentino le tecniche di salvataggio
- Saper costruire barelle e scivoli per agevolare il trasporto di feriti.

Ovviamente ti consigliamo di partecipare ad un campo di competenza, sarà un'occasione unica per imparare molte delle tecniche che ti saranno utili, metterti alla prova in nuove ed emozionanti avventure e conoscere altri Esploratori e Guide che come te condividono la passione per il pronto soccorso.



Il materiale di pronto soccorso e la sua conservazione

di Mauro Bonomini - disegni di Paolo Vanzini

Una dotazione minima di Pronto Soccorso non deve mancare durante le attività scout, siano esse uscite, campi o attività in sede. Questo perché l'imprevisto è dietro l'angolo, pronto a creare problemi anche quando sono state prese tutte le ragionevoli precauzioni. La scelta dei medicinali e degli strumenti da portare sempre appresso deve essere precisa ed essenziale, sia per evitare di portare eccessivo peso, sia per non rischiare la mancanza di cose necessarie, senza

dimenticare che a noi viene richiesto un semplice primo soccorso, senza impegnarci in interventi che richiedano competenze e abilità da professionisti. È consigliabile acquistare singolarmente il materiale e non utilizzare le scatole di pronto soccorso già pronte che si trovano in vendita: alcune di esse sono assolutamente inadeguate, altre contengono materiale che può essere utile ad esempio nei luoghi di lavoro (ci sono cassette preparate secondo le richieste delle

norme antinfortunistiche), ma superflue o non adatte per le nostre esigenze. Tutto il materiale che utilizziamo durante le nostre attività deve avere una corretta conservazione e manutenzione, per poter essere efficiente nel momento del bisogno. Così è anche, a maggior ragione, per il materiale di Pronto Soccorso che, in caso di cattiva conservazione, può creare più problemi di quanti non ne debba risolvere. Una buona norma è quella di riservare posti precisi al vario

attività

A SECONDA DELL'UTILIZZO CHE SE NE DEVE FARE SI POSSONO SCEGLIERE CONTENITORI DIFFERENTI: PER LE USCITE E LE ATTIVITÀ VANNO BENE DELLE BORSE CON TRACCOLLA, ROBUSTE E CON CHIUSURA SICURA; PER LA SEDE UN CONTENITORE RIGIDO E FACILMENTE LAVABILE (UNA VALIGETTA O UNA SCATOLA DI PLASTICA); PER IL CAMPO PUÒ ANDARE BENE UNA BORSA SIMILE A QUELLE UTILIZZATA PER LE USCITE OPPURE ANCHE QUI UNA VALIGETTA, CHE DEVE ESSERE PERÒ FACILMENTE COLLOCABILE NELLA CASSA DI SQUADRIGLIA.

FIG.1





FIG.2

I MEDICINALI SI DEBBONO CONSERVARE SEMPRE NELLA LORO CONFEZIONE, UNITAMENTE AL FOGLIETTO ILLUSTRATIVO, PER POTER SEMPRE CONOSCERE LA DATA DI SCADENZA E LEGGERE LE ISTRUZIONI NECESSARIE ALL'UTILIZZO.

materiale: qui le scatole dei medicinali, là gli strumenti. Se si usano contenitori chiusi e non trasparenti per conservare le varie cose è necessario scrivere sopra di essi a chiare lettere il contenuto, in modo che in caso di bisogno anche persone che non hanno preparato il materiale sappiano dove trovare tutto. A seconda dell'utilizzo che se ne deve fare si possono scegliere contenitori differenti: per le uscite e le attività vanno bene delle borse con tracolla, robuste e con chiusura sicura; per la sede un contenitore rigido e facilmente lavabile (una valigetta o una scatola di plastica); per il campo può andare bene una borsa simile a quelle utilizzata per le uscite oppure anche qui una valigetta, che deve essere però facilmente collocabile nella cassa di squadriglia. (Fig.1)

Nel nostro contenitore troveranno quindi posto strumenti e medicinali. Questi ultimi hanno una data di scadenza e norme di conservazione, che sono sempre annotate sulla confezione o sul foglietto illustrativo che si trova all'interno della confezione. Bisogna sempre seguire queste indicazioni e controllare la data di scadenza, in modo da non avere poi problemi anche gravi per aver somministrato farmaci avariati. I medicinali si debbono conservare sempre nella loro confezione, unitamente al foglietto illustrativo, per poter sempre conoscere la data di scadenza e leggere le istruzioni necessarie all'utilizzo. (Fig.2) Alcuni di questi possono risentire del calore eccessivo e quindi è meglio sostituirli dopo la permanenza al campo estivo. Le confezioni aperte di sciroppi, colliri e

pomate varie possono degradarsi e anch'essi debbono, per sicurezza, essere sostituiti entro un mese dalla loro apertura. Perciò non bisogna utilizzare questo tipo di medicinali se sono già stati aperti in un momento che voi non conoscete: potrebbero essere avariati. Una grande nemica dei medicinali e delle attrezzature è l'umidità, che durante le attività scout possiamo trovare frequentemente: è buona cosa utilizzare sacchetti o contenitori a tenuta d'acqua in cui riporre tutto il materiale ben diviso. Il materiale di consumo sterile (garze, cerotti per suture ecc.) perde la sua sterilità una volta aperto e va quindi sostituito appena possibile. La sterilità è garantita solamente se la confezione è integra: se vi sono quindi lacerazioni, fori, aperture, il

Durante le attività ci può capitare di trovare pioggia, fango, polvere: usare cautela verso il nostro materiale di Pronto Soccorso farà sì che non venga rovinato e danneggiato. Dopo l'uso bisogna riporre il tutto in luogo adatto e protetto (possono andar bene anche la tenda, la veranda o l'abside, ma in ogni caso un luogo dove vi sia la sicurezza che gli agen-

ti atmosferici e l'umidità non possano deteriorarlo), conosciuto da tutti, in modo che in caso di bisogno sia facilmente reperibile e utilizzabile.

L'infermiere di squadriglia ha l'incarico della manutenzione, ma anche il resto della squadriglia deve conoscere il materiale per poterlo usare in caso di bisogno e tutti devono quindi conoscere le norme di

buon uso e conservazione. Al termine di ogni uscita o campo il materiale va revisionato, sostituito o reintegrato in modo da poter essere disponibile per un nuovo uso. Anche il materiale destinato alla sede deve essere sottoposto a regolari controlli. L'infermiere controllerà anche in questo caso scadenze e stato di conservazione.

Perdite di conoscenza

di Filomena Calzedda - disegno di Stefano Sandri

Quando si "perde la testa"

Si definisce "svenimento" una condizione in cui una persona perde i sensi e cade per terra. In questi casi i gesti di soccorso da compiere sono:

- **verificare** se l'infortunato ha realmente perso i sensi chiamandolo e/o pizzicandolo all'altezza delle clavicole
- se ha perso i sensi, **chiamate subito i soccorsi**
- **sollevate le gambe** in modo da facilitare l'afflusso del sangue verso il cuore e il cervello. Se siete in due potete tamponare il capo e il collo dell'infortunato con un **fazzoletto bagnato in acqua fresca**.

Quando il sole picchia

Il "colpo di calore" è una situazione in cui a seguito di lunga esposizione ad elevate temperature, il nostro corpo perde la capacità di controllare la pro-

pria temperatura.

L'infortunato può essere solitamente confuso, ma può arrivare anche al delirio e al coma. Vediamo che fare:

- **chiamare immediatamente i soccorsi**
- trasportare immediatamente l'infortunato in un **ambiente fresco e ventilato**
- **togliergli i vestiti, sollevargli le gambe e far abbassare la temperatura corporea** spruzzandogli **acqua tiepida**

Per prevenire il colpo di calore è importante sapere che bisogna:

- **evitare di esporsi al sole** nelle ore più calde della stagione estiva (dalle 12,00 alle 15,00)
- esponendosi al sole bisogna tenere il **capo coperto** con un copricapo ed evitare di indossare abiti di colore scuro
- **Bere frequentemente** acqua non troppo fredda.



Protezione delle ferite

di Mauro Bonomini - disegni di Paolo Vanzini

Le ferite sono delle lesioni traumatiche che possono essere:

- **Abrasioni ed escoriazioni**, avvengono quando si passa sopra una superficie ruvida e interessano solo gli strati più superficiali della pelle; possono essere pericolose se contaminate da batteri (Fig.1)
- **Ferite da taglio**, causate da oggetti taglienti (Fig.2)
- **Ferite lacero contuse**, causate da un impatto violento contro oggetti contundenti (Fig.3)
- **Ferite da punta** o penetranti, causate da oggetti appuntiti (Fig.4)

In caso di ferita il soccorritore deve indossare gli appositi guanti. Escludendo le abrasioni, che di solito non sanguinano molto, le altre ferite provocano perdite di sangue. Per valutare l'entità di una emorragia (la perdita di sangue), bisogna prima di tutto osservare come il sangue sgorga dalla ferita. Quasi sempre la ferita interessa sia vene che arterie ma solamente in caso di lesione di un grande tronco arterioso ci possono essere maggiori problemi: in questo caso si vedrà il sangue uscire a getti ritmici, in sincronia con le pulsazioni cardiache. Se il flusso di sangue non è molto copioso è sufficiente disinfettare la



IN CASO DI FERITA IL SOCCORRITORE DEVE INDOSSARE GLI APPOSITI GUANTI. ESCLUDENDO LE ABRASIONI, CHE DI SOLITO NON SANGUINANO MOLTO, LE ALTRE FERITE PROVOCANO PERDITE DI SANGUE. PER VALUTARE L'ENTITÀ DI UNA EMORRAGIA (LA PERDITA DI SANGUE), BISOGNA PRIMA DI TUTTO OSSERVARE COME IL SANGUE SGORGA DALLA FERITA.



ferita e coprirla con una garza sterile.

In caso di perdite abbondanti è necessario effettuare un tamponamento compressivo. Il laccio emostatico è presente nelle leggende metropolitane e nei telefilm, ma non è uno strumento senza rischi, dato che attua un blocco completo della circolazione su tutto l'arto interessato.

Questo significa rischi di danni ai tessuti che restano senza ossigeno (è per questo che un laccio emostatico va allentato almeno ogni 15/20 minuti). Il tamponamento compressivo non blocca completamente la circolazione ed è di solito più indicato. Il tampone si costruisce avvolgendo in garze sterili un buon quantitativo di cotone (il cotone non deve restare a contatto diretto con le ferite, perché perdendo fili causa reazioni da corpo estraneo). (Fig.5)

Il tampone si pone poi a contatto con la ferita e si esercita una buona compressione sulla stessa. Il tamponamento ha il vantaggio di poter essere eseguito anche in posizioni dove non è possibile mettere lacci emostatici (la testa, l'addome, il torace). L'occlusione con il laccio emostatico è indicata solo in casi veramente molto gravi.

Una volta fermata l'emorra-



Probabile ferita lacero-contusa

gia è necessario proteggere la ferita: coprirle con garze sterili applicandole alla ferita con del cerotto che ne copra bene tutti e quattro i lati, oppure applicando un ben-

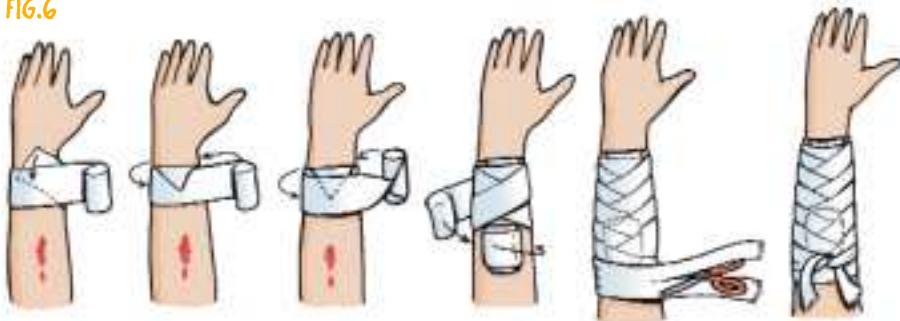
daggio, questo ha il vantaggio di essere più solido ed in grado di permettere un fissaggio più sicuro. Per i bendaggi si usano delle bende orlate.



Ferita da punta assicurata



FIG.6



L'altezza delle bende più indicata per le varie parti del corpo è:

- 5 cm. per dita, mani e braccia piccole
- 7 cm. per avambracci, piedi, gomiti, caviglie, testa
- 10 cm. per gambe, ginocchia, cosce, tronco e spalla

Dalle illustrazioni potrete imparare diversi tipi di bendaggio. (Fig.6-7)

È importante fissare bene il primo giro di benda, in modo che il bendaggio sia ben teso, sovrapporre ad ogni giro almeno metà del giro precedente e fissare correttamente l'ultimo giro.

Ricordatevi che un bendaggio va sostituito, sia per controllare l'andamento della guarigione sia perché anche la benda accumula sporco.

FIG.5



Esempi di bendaggio

FIG.7



segmento di arto
(braccio, gamba...)



articolazione
(gomito, ginocchio...)



mano



Il Campo di Competenza di Pronto Soccorso

di Mauro Bonomini – foto dell'Autore

Essere i primi è ad un tempo occasione di farsi valere e responsabilità. Così è stato per i partecipanti al primo Campo di Competenza di Pronto Soccorso svoltosi nella base di Bracciano alla fine della scorsa estate. Il programma è stato intenso e vario, con lezioni teoriche ed attività pratiche. Sono stati affrontati a tutto campo i temi della salute e dell'emergenza, a partire dalla forma fisica, passando per l'alimentazione e il primo soccorso. Per quanto riguarda la forma fisica si è lavorato con la tecnica Hebert (corsa, quadrupedia, saltelli, trasporto di

persone, ecc.) che ha visto il massimo impegno dei componenti delle Squadriglie di formazione. Per concludere: esercizi di corporeità e di rilassamento.

Le lezioni teoriche hanno trattato l'anatomia (scoprendo che l'astragalo è un osso del piede e l'etmoide e lo sfenoide appartengono alle ossa del cranio), l'igiene, la patologia (quali sono le principali malattie) e la prevenzione degli infortuni (sia durante le attività scout che nella vita quotidiana). Gli istruttori della Croce Rossa di Anguillara Sabazia hanno illustrato le principali tecni-

che di primo soccorso e le attrezzature presenti sull'ambulanza.

C'è stato anche spazio per l'espressione e, anche se per quanto riguarda il canto siamo molto lontani dal poter incidere CD, i racconti sono stati in grado di regalare qualche brivido di paura anche grazie alla partecipazione al campo del fenomeno Aigor che ha portato la simpatia e l'ilarità nel gruppo: egli è un essere superiore, sviluppatosi con attenta selezione genetica e che ha caratteristiche molto particolari, come la gobba a scomparsa e l'etmoide luminoso.

attività





Il percorso di fede si è incontrato sul nostro corpo, dono di Dio, che va mantenuto in buona salute, e sullo spirito di aiuto al prossimo. Brani della Genesi, salmi ed episodi del Vangelo come la parabola del Buon Samaritano e l'in-

contro di Gesù con Marta hanno caratterizzato la riflessione e la preghiera. Per la simulazione di primo soccorso sono stati approntati due centri periferici, un punto di soccorso principale e una unità di comunicazioni. Certo,

l'ospedale di E.R. è un'altra cosa ma vedere arrivare le comunicazioni con gli incidenti da trattare, portate da staffette veloci, dover affrontare i problemi con mezzi di fortuna (cordini, fazzolettoni, rami, cinture e maglioni) e trasportare il ferito al punto di primo soccorso principale non è stata cosa da ridere. Fratture, colpi di sole, ferite di tutti i tipi e in varie parti del corpo: ogni Squadriglia ha fatto del proprio meglio per risolvere la situazione simulata. L'impegno è stato massimo, immaginando di rispondere ad una situazione di reale emergenza. Al punto principale la Squadriglia assegnata valutava la situazione controllando stato di coscienza, respirazione e battito cardiaco e i Capi prendevano visione del modo in cui la Squadriglia aveva agito. Al termine della simulazione non è mancata una attenta verifica "a caldo". L'ultima impresa del campo è stata la progettazione di un sito internet dedicato a questa esperienza. Una volta strutturato lo schema del sito, si sono formate piccole pattuglie che hanno ideato la struttura della pagina a loro assegnata preparando i testi più adatti. Il sito è stato illustrato successivamente con le immagini scattate al campo poi inviate su cd ad ogni partecipante. La verifica finale del campo ha trovato la maggior parte dei partecipanti concordi nel dire





che l'esperienza è stata positiva. Alcuni commenti, registrati sul sito, recitano: "Abbiamo fatto per quattro giorni da cavie di laboratorio,

essendo questo il primo Campo di pronto Soccorso. Questo esperimento, sebbene sembrasse all'inizio poco dinamico, si è rivelato in

seguito divertente e utile per noi apprendisti soccorritori. "Gli scout si rendono utili ed aiutano gli altri" Questo è uno degli articoli della Legge Scout in cui siamo più competenti dopo questa esperienza. Abbiamo tirato le somme di questo innovativo campo soprattutto nel penultimo giorno, in cui ognuno ha fatto la sua riflessione sull'andamento del campo ed il modo in cui si è posto di fronte agli altri. Fra di noi abbiamo preso un impegno che manterremo nel tempo." Il secondo campo si svolgerà ancora a Bracciano, dal 29 agosto al 2 settembre.



Il volontariato sanitario

di Irabella Samà

Il volontariato sanitario ha una lunga tradizione in Italia. Esercitare la carità soccorrendo gli ammalati ha infatti precedenti illustri nel medioevo: come racconta B.-P. in "Scoutismo per ragazzi", esistevano alcuni cavalieri, i cavalieri dell'Ordine di San Giovanni, che venivano chiamati "ospitalieri", perché si occupavano degli ospedali. Nello stesso periodo, i devoti cristiani si riunivano in confraternite, come quella delle Misericordie che esiste tutt'oggi, per assistere gli ammalati.

Negli ultimi venti anni, il volontariato sanitario si è molto diversificato al suo interno: accanto ad



Associazioni che praticano l'assistenza, cioè la semplice cura degli infermi, sono nati organismi che promuovono comportamenti solidali come

la donazione di organi, ed è il caso dell'**Aido** (Associazione Italiana per la Donazione di Organi e tessuti), oppure la donazione di sangue, ed è il



CROCE ROSSA ITALIANA

attività



caso dell'**AVIS** (Associazione Volontari Italiani Sangue); oltre a queste, sono sorte Associazioni che si propongono la ricerca scientifica e la tutela da particolari malattie, come fa l'**AISM** (Associazione Italiana Sclerosi Multipla), oppure l'intervento d'urgenza in zone di guerra, come **MSF** (Medici Senza Frontiere). All'interno del mondo del volontariato sanitario, la Guida e lo Scout potrebbero trovare delle occasioni per rendersi utili o per approfondire le proprie conoscenze. Una delle iniziative più interessanti rivolte ai giovani è offerta dalla **CRI**.

Una delle componenti della Croce Rossa si chiama i "Pionieri" ed è costituita da ragazzi tra i 14 e i 25 anni. I pionieri sono attivi nella diffusione delle norme di educazione sanitaria e primo soccorso; negli interventi in caso di calamità ed emergenza; nei servizi di animazione e segretariato sociale in favore di



anziani, giovanissimi e disabili; nelle attività e servizi a favore degli immigrati e dei profughi; studiano e diffondono il diritto internazionale umanitario. Da poco, puntano anche all'educazione alla pace e agli scambi internazionali giovanili.

Per diventare "pioniere", bisogna rivolgersi al gruppo pionieri della **CRI** più vicino: là si dovrà frequentare un corso di formazione della durata di tre mesi. Dopodiché, occorrerà

dare un esame finale che darà accesso al tirocinio per ottenere la qualifica di pioniere. Altre Associazioni come l'**AIL** (Associazione Italiana contro le Leucemie) e l'**AMREF** (African Medical and Research Foundation) chiedono ai giovani volontari un impegno nella sensibilizzazione dell'opinione pubblica e nell'impegno per la raccolta di fondi. Di seguito avete gli indirizzi di alcune delle Associazioni citate.



**ASSOCIAZIONE ITALIANA
CONTRO LE LEUCEMIE-LINFOMI E MIELOMI
O N L U S**





Ispettorato nazionale Pionieri Croce Rossa Italiana

Via Toscana, 12 - 00187 Roma
tel. 06 4759336 - www.cri.it/pionieri

La Croce Rossa "si applica a proteggere la vita e la salute e a far rispettare la persona umana. Opera per la reciproca comprensione, l'amicizia, la cooperazione e una pace durevole tra tutti i popoli"; tra i suoi principi fondamentali annovera la neutralità, l'imparzialità e l'indipendenza.

AIL

Via Ravenna, 34 - 00161 Roma
tel. 06 4403763 - www.ail.it
e-mail: ail@ail.it

L'Associazione Italiana contro le Leucemie - Linfomi e Mieloma ha tre obiettivi: la ricerca scientifica, l'assistenza sanitaria e la formazione del personale sanitario. Al volontario si chiede di donare il suo tempo nelle manifestazioni di piazza volte alla raccolta fondi.

AIMS

www.aims.it, e-mail: aims@aims.it
numero verde: 800803028

L'Associazione Italiana Sclerosi Multipla promuove e finanzia la ricerca scientifica per scoprire le cause di questa malattia del sistema nervoso; assiste le persone colpite da questa patologia; mira a diffondere una corretta informazione sulla malattia. Agli studenti che si adoperano come volontari viene chiesto di prestarsi alle iniziative di sensibilizzazione e di raccolta fondi; ad essi viene riconosciuto il credito formativo.

AMREF ITALIA

Via Settembrini, 30 - 00195 Roma
tel. 06 3202222 - e-mail: info@amref.it
www.amref.it

L'African Medical and Research Foundation, cioè la Fondazione per la Ricerca e la Medicina in Africa, si occupa di sviluppo sanitario, formazione del personale e interventi medici in Africa. Al volontario Amref viene chiesto di sostenere la causa del continente africano e dell'Associazione, di diffondere la conoscenza dei problemi di quelle regioni e di aiutare nella raccolta fondi.



Per avere informazioni sui manuali scout editi dalla **Nuova Fiordaliso** potete contattare direttamente la casa editrice **tel. 06/68809208 - fax 06/68219757** e-mail **editoria@fiordaliso.it**
Trovate il catalogo aggiornato in **www.fiordaliso.it**

Libri utili...



DANIELE GUI, **Pronto Soccorso**,
Edizioni Nuova Fiordaliso

CRI, **Manuale di Pronto Soccorso**,
Edizioni PIEMME

AA. VV., **Primo Soccorso - Guida multimediale al Pronto Soccorso**,
Edizioni De Agostani Multimedia

FARABEGALI EZIO, **Lezioni di Pronto Soccorso**,
Edizioni Il Ponte Vecchio

