

# BLS-Basic Life Support



La sequenza delle procedure di BLS consiste in una serie di operazioni precedute da una fase di valutazione della persona colpita da malore.

Le azioni si possono schematizzare con l'A B C:

A. Apertura delle vie aeree

B. Bocca- Bocca/Naso

C. Compressioni toraciche

Ogni passo è preceduto da una fase di valutazione:

1. Valutazione dello stato di coscienza
2. Valutazione dello stato di attività respiratoria
3. Valutazione della presenza di attività circolatoria

## Valutazione dello stato di coscienza

Il primo passo nel soccorso di una persona apparentemente senza vita consiste nel valutare lo stato di coscienza:

Chiamala a voce alta e scuotila delicatamente



Se il paziente non risponde bisogna attivare le procedure di soccorso:

1. Chiamate aiuto e fai attivare il sistema di emergenza (ambulanza, ospedale, 118);
2. posizionate la vittima su un piano rigido o a terra allineando il capo, il tronco gli arti e scoprite il torace.

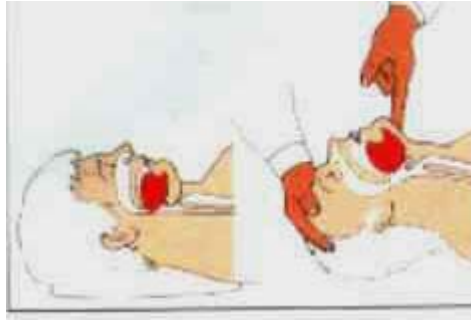
## **A. Apertura delle vie aeree**

Per ottenere la pervietà delle vie aeree occorre:

Sollevare con due dita il mento;

Spingere la testa all'indietro appoggiando l'altra mano sulla fronte.

Facendo in questo modo si evita che la lingua cada all'indietro.



In caso di sospetta lesione traumatica cervicale, sollevare la mandibola senza estendere la testa.

Controllare se nella bocca della vittima sono presenti oggetti o residui di alimenti e se possibile cercare di rimuoverli con le dita formando un uncino con indice della mano.

### Valutazione della presenza di attività respiratoria

Dopo aver provveduto alla pervietà delle vie aeree valutare se l'attività respiratoria è presente in questo modo:

- mantenere il mento sollevato ed il capo esteso;
- avvicinare la guancia alla bocca e al naso della vittima;
- osservare se il torace si alza e si abbassa;
- ascoltare e sentire l'eventuale passaggio di aria;

### **B. Respirazione Bocca-Bocca o Bocca-Naso**

Qualora l'attività respiratoria sia assente è necessario iniziare la respirazione artificiale.

- Posizionatevi a fianco della vittima, mantenente il capo esteso tenendo una mano sulla fronte e sollevate il mento con due dita dell'altra mano;
- Appoggiate la vostra bocca ben aperta sulla bocca della vittima;
- Soffiate due volte lentamente nelle vie aeree della vittima in modo da gonfiare i suoi polmoni;
- mentre insufflate osservate che il torace si alzi;
- tra una insufflazione e l'altra osservate che la gabbia toracica si abbassi.

Il pollice e l'indice della mano sulla fronte stringono il naso nel momento dell'insufflazione.

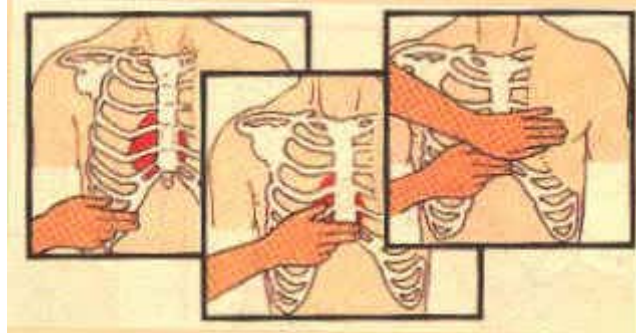


### Valutazione della presenza di attività circolatoria

Dopo aver effettuato le due insufflazioni è necessario controllare se è presente l'attività circolatoria, per far questo si ricerca la presenza di pulsazioni al polso carotideo. La ricerca del polso si effettua dal lato del soccorritore ( vedi figura).

Se il polso non è presente occorre iniziare il massaggio cardiaco esterno.

### **C. Massaggio Cardiaco Esterno**



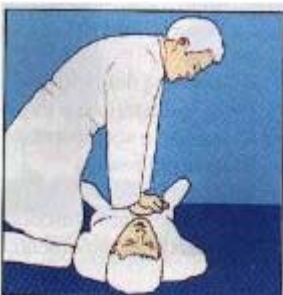
- Fate scorrere l'indice e il medio lungo il margine inferiore della cassa toracica ed individuate il punto d'incontro dell'ultima costa con lo sterno;
- Appoggiate le quattro dita al di sopra di questo punto sulla parte ossea dello sterno;
- Appoggiate la metà prossima dell'altra mano accanto alle dita, questo è il punto corretto dove effettuare le compressioni;
- Appoggiate la metà prossimale della prima mano sopra l'altra e intrecciate le dita per assicurarvi che rimangano sollevate e non comprimano le coste.

### Esecuzione del massaggio cardiaco

Posizionatevi in modo che le vostre braccia e le spalle siano sulla verticale della compressione;

Comprimete ritmicamente il torace ad una frequenza di 80-100/min. facendolo abbassare di 4-5 cm (negli adulti).

La compressione ed il rilascio devono avere la stessa durata.



Mantenete le braccia tese, sfruttando il peso del tronco.

Alternate 15 compressioni a 2 insufflazioni se siete soli;

Se siete in due si alternano 5 compressioni toraciche e 1 insufflazione.

Dopo 3-4 cicli controllate il polso carotideo; se è assente continuate il bls.

### **Sequenza riassuntiva da effettuare**

Se il soggetto è privo di sensi ristabilite la pervietà delle vie aeree.

Se l'infortunato non respira ventilate i polmoni 2 volte poi ricerca il polso carotideo.

Se il polso è percepibile, continuate la ventilazione con una frequenza di 12 insufflazioni/minuto. Se non c'è polso iniziate il massaggio cardiaco esterno(m.c.e.) alternatelo alla ventilazione con ritmo di 15-2 cioè 15 m.c.e. e 2 insufflazioni. Ogni 1-2 minuti rivalutate la sequenza all'inverso: C-B-A.