

# La vita nelle tue mani

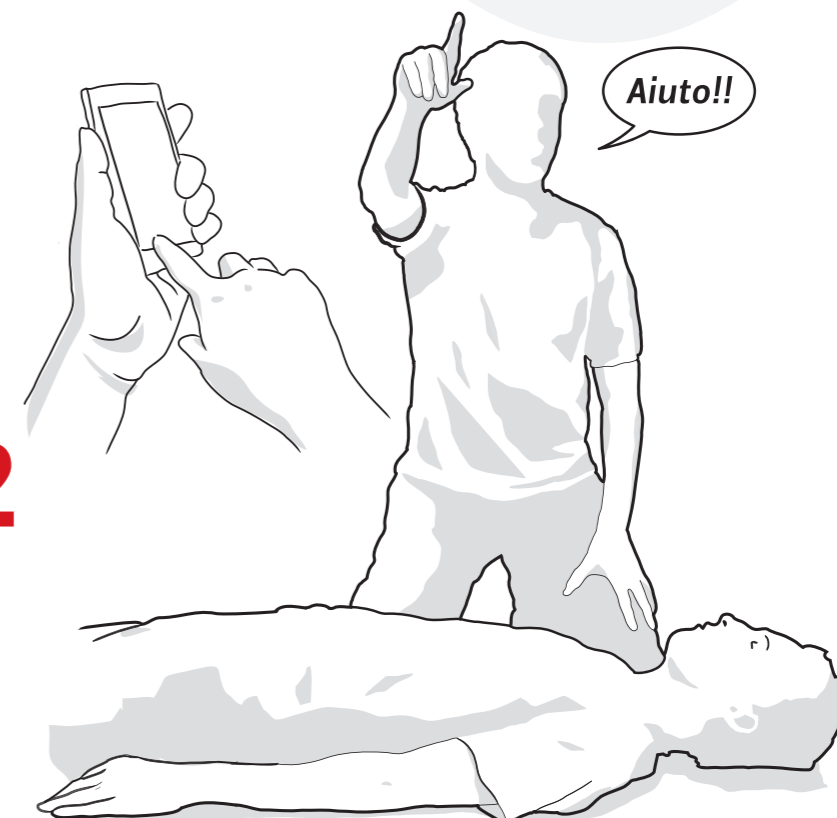
## come affrontare un arresto cardiaco

- 1** Se vedi una persona che sembra svenuta e non è pericoloso avvicinarsi, chiamala e scuotila delicatamente

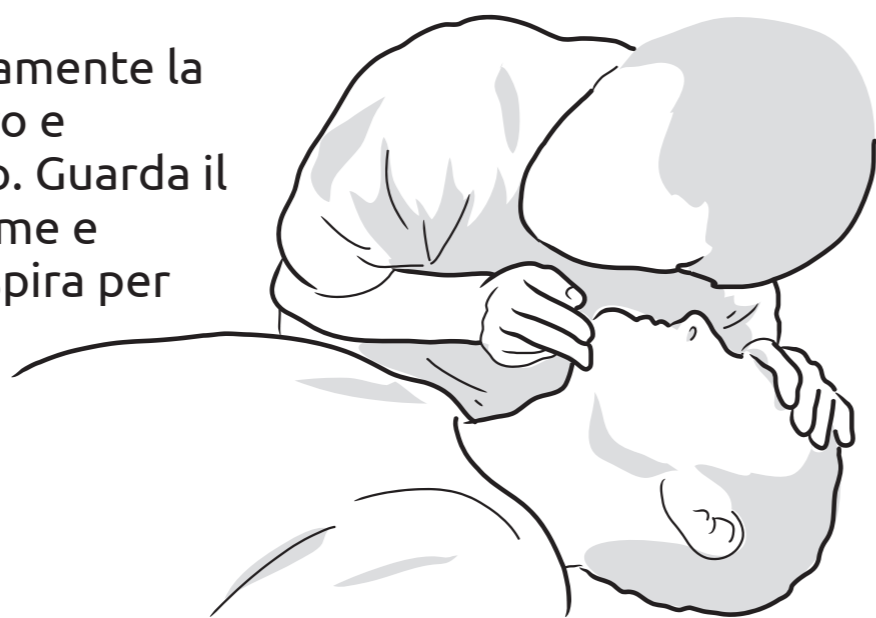


Se non risponde, chiedi aiuto e chiama il 112 o 118. Per avere le mani libere, metti in vivavoce o gli auricolari e segui l'operatore

**2**

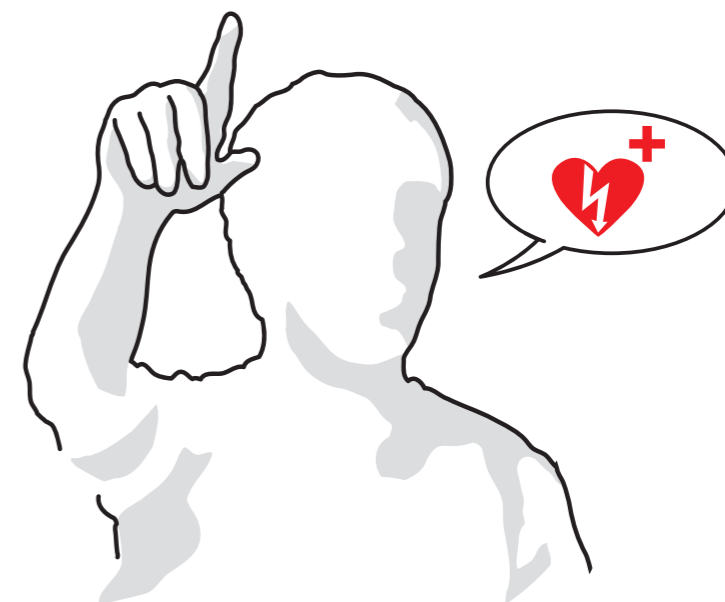


- 3** Piegate delicatamente la testa all'indietro e solleva il mento. Guarda il torace e l'addome e controlla se respira per 10 secondi

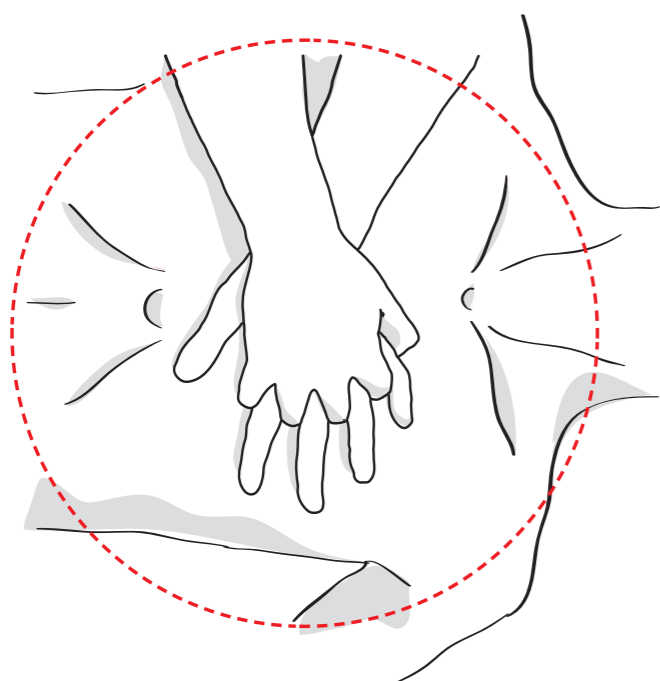


Se non respira normalmente, fai prendere un defibrillatore (l'operatore 118 può indicarti il più vicino) e inizia subito le compressioni sul torace

**4**

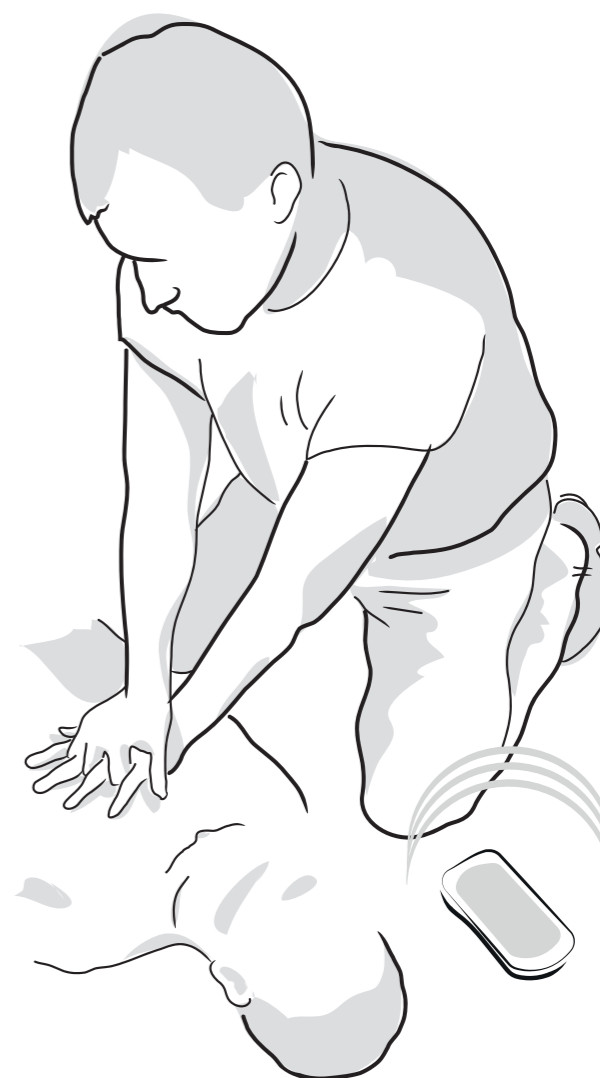


- 5** Sovrapponi le mani al centro del torace. A braccia tese, comprimi veloce (2 volte al secondo) e profondo (5/6 cm) senza interruzioni



Dopo ogni compressione, fai risalire il torace senza staccare le mani. Se lo sai fare, esegui 2 ventilazioni ogni 30 compressioni. Altrimenti continua con le sole compressioni

**6**



- 7** Appena disponibile, accendi il DAE, segui le istruzioni vocali, le illustrazioni e ciò che ti dice l'operatore. Dopo la scarica o se non è consigliata, riprendi le compressioni

 **viva!** la settimana per la rianimazione cardiopolmonare

[www.settimanaviva.it](http://www.settimanaviva.it)

 [viva@ircouncil.it](mailto:viva@ircouncil.it)  [ItalianResuscitationCouncil](https://www.facebook.com/ItalianResuscitationCouncil)  [@settimanaviva](https://twitter.com/settimanaviva)

