

A cartoon illustration on a solid blue background. Two white hands are shown from the wrist up, reaching upwards with fingers spread. Above the hands are ten speech bubbles, each containing a different symbol. The symbols include: a hand with stars, a key, a bomb, a starburst, a spiral, a lightning bolt, three stars, a star with a cross, a star with a cross and a star, and a star with a cross and a star. The artist's signature 'Delestre' is in the bottom right corner.

20



trauMa no

Impariamo a riconoscere i pericoli che ci attendono



Dopo i 65 anni, la caduta è causa di infortuni nella metà dei casi.

Impariamo a prevenire gli incidenti assicurando la nostra sicurezza e quella del nostro ambiente

Si stima che un incidente su tre si sarebbe potuto evitare grazie ad una misura di prevenzione.

- **Stiamo attenti!**
Nel 60% dei casi gli incidenti sono dovuti a un momento di disattenzione. Siate concentrati sulle vostre mani e gli utensili che manipolate. Pensate a quello che fate.
- **Stiamo vigili!**
Lo stress, la fatica, il digiuno, l'alcool aumentano i rischi d'incidenti. Siamo pazienti! L'incompetenza e il lavoro realizzato con fretta sono altri importanti fattori di rischio.
- **Vacciniamoci!**
Quasi il 50% degli incidenti della mano sono ferite.

Non dimenticate ogni 10 anni il richiamo del vaccino contro il tetano.

Rispettiamo le norme di sicurezza!

- Al lavoro, il medico del lavoro è lì per mettere a punto le misure adatte alla vostra sicurezza. Informiamoci, formiamoci all'uso delle macchine e rispettiamo le regole di sicurezza!
- A casa maneggiamo gli apparecchi elettronici con sicurezza. Leggiamo all'inizio le modalità d'uso!
- In cucina, vegliamo sui bambini. Attenzione ai manici delle pentole, alle tazze di caffè bollenti, ai prodotti tossici, ai vetri e ai coltelli!
- Nel giardino, attenzione alla falciatrice. Non pulitela senza scollegata. Anche arrestate le lame sono molto taglienti. Attenzione, la motosega è un utensile molto pericoloso. Non c'è boscaiolo che tenga!
- Nel bricolage, informiamoci e leggiamo i modi d'impiego prima di utilizzare un utensile che non conosciamo. Non improvvisiamoci idraulico, falegname, o piastrellista. Togliamo le collane, gli anelli, i braccialetti, gli orologi: sono delle vere trappole quando utilizziamo delle corde, delle macchine rotanti o a trascinamento. Una collana o un anello che si agganci può strappare un dito! Togliete l'anello prima che sia troppo tardi.
- Nello sport: l'uso di protezione ai polsi (pattini) o dei guanti (sci) è auspicato. Rispettiamo e facciamo rispettare queste raccomandazioni.



Proteggiamo le nostre mani!

L'utilizzo di guanti non è una civetteria. Proteggono le mani da tagli, punture e bruciature al lavoro, nel bricolage, nel giardinaggio e anche in cucina (aperture di ostriche...)

Proteggiamo le nostre mani!



Un incidente benigno su tre diventa grave a causa di una mancata informazione sui gesti corretti da fare, a causa dell'assenza di cure appropriate, immediate o adeguate.

Siamo reattivi!

In tutti i casi, non mettere mai lacci stretti e sottili. Alzare la mano e applicare un bendaggio di compressione: questo è sufficiente ad arrestare il sanguinamento.

Siamo efficaci!

- In caso di amputazione completa:

1 - Unite tutte le sezioni amputate e mettetele dentro una garza o un panno pulito, poi in un sacchetto di plastica.

2 - Mettete il sacco di plastica chiuso in un contenitore con del ghiaccio.

3 - Avvolgete l'estremità amputata in un bendaggio di compressione e alzate l'arto.



- In caso di amputazione incompleta:

1 - Immobilizzare la mano su una stecca.

2 - Avvolgere la mano nel bendaggio di compressione.

3 - Mettere intorno alla mano un sacco di plastica impermeabile contenente cubetti di ghiaccio.



- In casi di ferita:

1 - Pulire con un disinfettante non colorato.

2 - Fare un bendaggio leggermente compressivo.



- In caso di bruciature:

Mettere la mano sotto l'acqua fredda per qualche minuto.



Di fronte agli incidenti della mano, non incrociamo le braccia!

Le nostre mani sono così preziose quanto fragili

Le nostre mani sono degli utensili molto avanzati

Guidate dal nostro cervello, esse ci permettono di manipolare con forza o dolcemente, di sentire la struttura degli oggetti, il caldo e il freddo.

Le nostre mani sono preziose

Sono costruite da uno scheletro di una trentina di ossa e articolazioni, da una rete complessa di vasi sanguigni, di nervi, di tendini, di legamenti e di muscoli protetti dalla pelle.

Le nostre mani sono fragili

Una semplice ferita di due millimetri di profondità può essere sufficiente a causare la sezione di un nervo, di un'arteria o di un tendine o essere fonte in qualche ora di un'infezione profonda e pericolosa.

La mano è la parte del corpo più spesso ferita



Ogni anno sono segnalati più di 1 600 000 incidenti alla mano nei singoli maggiori paesi europei. Più di 1/3 degli incidenti sono particolarmente gravi: possono portare delle conseguenze o un handicap permanente.

Le principali cause d'incidente

- Due incidenti su tre sono degli "incidenti della vita corrente". Avvengono durante i lavori domestici, uno sport o un'attività del tempo libero (bricolage, giardinaggio)
- Un incidente su tre si verifica al lavoro. E' il primo motivo d'interruzione del lavoro e della dichiarazione d'incapacità permanente parziale.
- Gli incidenti della mano colpiscono frequentemente i bambini. I bambini dai 10 ai 14 anni sono le prime vittime.

Chi contattare?



Nell'urgenza in caso di amputazione o di lesione importante

Avvisare immediatamente il servizio locale di emergenza componendo il numero 118!

- Il 118 provvederà al primo soccorso ed al trasporto verso il Pronto Soccorso più vicino, attrezzato per il caso.
- Il Pronto Soccorso, una volta provveduto alla stabilizzazione e valutazione della lesione, provvederà a contattare il Centro di Riferimento per la Chirurgia della Mano e Microchirurgia territorialmente competente, pianificando il trasferimento ed il trattamento della lesione.

In caso di trauma meno grave : ferita semplice, choc e contusione della mano...

L'assenza di sanguinamento o di dolore non significa che non ci sia nulla! Non trascurate mai un trauma della mano, consultate sempre un medico!

- Il vostro medico curante o il medico del lavoro. Domandategli sistematicamente e rapidamente il suo parere. Potrà consigliare le cure delle quali avete realmente bisogno.
- Un chirurgo della mano. La chirurgia della mano è complessa. Se un parere chirurgico, un trattamento specifico o un intervento sono necessari, consultate un chirurgo specializzato. Contattate e navigate nel sito della Società Italiana di Chirurgia della Mano (SICM).