

SVENIMENTO

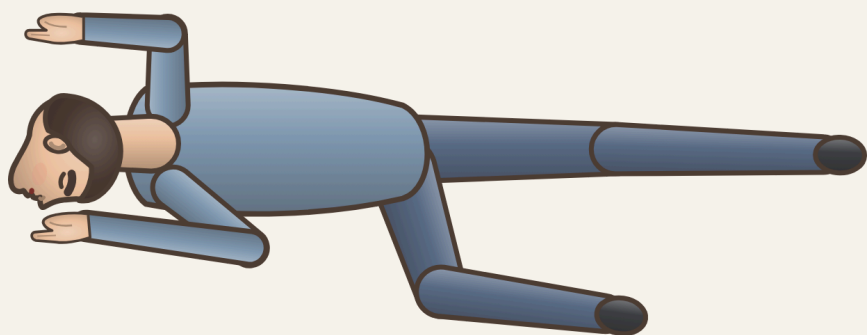
Pallore, sudore freddo, nausea, vista che si annebbia: il cervello riceve per un attimo meno sangue.

SE STA PER SVENIRE

1 Falla sdraiare o sedere
Subito, ai primi segni: prima che cada e si faccia male.

2 Contrasta il calo
Incrociare le gambe stringendo i glutei, o stringere forte i pugni, può evitare lo svenimento.

3 Aria e calma
Aria fresca, abiti allentati. Resta con lei finché non sta bene.



Posizione laterale di sicurezza: solo se ha perso i sensi, non si riprende e respira normalmente. Sul fianco, testa leggermente indietro, mano sotto la guancia.

SE HA PERSO I SENSI

4 Controlla il respiro
Guarda, ascolta, senti per 10 secondi. Di solito si riprende in pochi secondi o minuti.

5 Non respira normalmente?
Non è uno svenimento: 112 e compressioni toraciche. Segui il poster «Arresto cardiaco».

6 Respira ma non si riprende entro 1 minuto?
Chiama il 112 e mettila in posizione laterale di sicurezza. Ricontrolla il respiro.

7 Quando si riprende
Lasciala sdraiata qualche minuto, poi seduta, gradualmente. Se è caduta, cerca ferite alla testa.

112

Lo svenimento che non è banale: chiama anche se si riprende

se è svenuta durante uno sforzo · se prima ha avuto palpitazioni o dolore al petto · se è anziana o ha malattie di cuore · se è il primo episodio senza una causa evidente.