

Il principio di Annegamento: cosa fare

Che cosa è l'annegamento?

Per annegamento s'intende la morte per asfissia occorsa entro ventiquattro ore da un episodio d'immersione/sommersione in un mezzo liquido. Si definisce principio di annegamento quando la vittima sopravvissuta all'immersione/sommersione è ancora in vita e un pronto intervento la può salvare.

Premessa

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità l'annegamento causa 500.000 morti all'anno nel mondo, è la terza causa di morte accidentale per bambini e adolescenti di età tra 5 e 14 anni. Sono i maschi a essere molto più a rischio di annegare, con un rapporto che va da 3:1 nei bambini tra 5-14 anni, a 8:1 nei giovani (15-34 anni). In termini assoluti negli ultimi anni in media sono deceduti 315 maschi rispetto a 70 femmine. La differenza è legata alla maggior propensione al consumo di alcol da parte dei giovani maschi. Si tratta di una situazione che in genere occorre quando si fa il bagno in mare, in un lago, in un fiume o in piscina. Questa condizione si può verificare anche in casa, nella vasca da bagno o, per quanto riguarda i bambini, nelle vaschette per il bagnetto o nelle piscine gonfiabili. Ha un andamento tipicamente stagionale (mesi estivi). Nei paesi industrializzati la maggior parte degli annegamenti che coinvolgono i bambini avvengono nelle minipiscine - piscine private e pubbliche.

Quali sono le cause?

- Uso di alcool
- Uso di farmaci e sostanze stupefacenti,
- Malori
- Traumi.

Le cause di annegamento possono essere raggruppate in due gruppi principali:

1. Impossibilità da parte della vittima di mantenere la testa fuori acqua

Questa condizione occorre per:

- Caduta accidentale o volontaria (suicidio) in acqua di un soggetto incapace di nuotare
- Intrappolamento sott'acqua del soggetto capace di nuotare (incarceramento a reti, funi, cavi ecc)
- Per esaurimento della forza muscolare indispensabile per mantenersi a galla

2. Impossibilità di reagire, in maniera appropriata al contatto con l'acqua

Questa condizione occorre per:

- Per processi patologici che sono all'origine della caduta in acqua o del malore in acqua , (crisi epilettiche, ictus, trauma cranico infarto del cuore, ecc.)
- Trauma da impatto contro la superficie liquida (occhi, stomaco regione genitale) il dolore può provocare perdita di coscienza
- perdita di coscienza dovuta alla differenza di temperatura tra la cute e l'acqua (perdita di coscienza termo differenziale)
- arresto cardiaco legato alla differenza di temperatura tra il corpo e l'acqua (arresto cardiaco termo differenziale)

Cosa succede alla vittima nelle fasi iniziali dell'annegamento?

L'annegamento prevede cinque fasi:

1. **Fase di sorpresa:** consiste in una profonda ma rapida, inspirazione riflessa che compie l'individuo appena caduto nell'acqua
2. **Fase di resistenza:** durante l'immersione le prime "boccate" d'acqua provocano uno spasmo serrato della glottide che impedisce la penetrazione di altra acqua nei polmoni. Questa fase di apnea iniziale durante la quale l'individuo si agita e cerca di riemergere, dura circa un minuto.
3. **Fase dispnoica:** quando non è più possibile trattenere il respiro, il soggetto inizia affannose respirazioni disordinate sott'acqua che durano un minuto e provocano l'introduzione di grande quantità di liquido nei polmoni e nello stomaco.
4. **Fase apnoica:** si ha perdita di coscienza, abolizione dei riflessi e coma profondo con arresto del respiro (stato di morte apparente). Anche questa fase dura circa un minuto.
5. **Fase terminale:** boccheggiamento e arresto cardiaco

Annegamento

Soffocamento causato dalla penetrazione di liquidi nelle vie respiratorie nei polmoni

Si verifica con due meccanismi

1) L'acqua entra in bocca



Per riflesso si chiudono le vie aeree



Per 1-2 minuti la vittima non respira (va in apnea per chiusura della glottide)



Ipossia (mancanza di ossigeno nel sangue)

Mancanza di ossigeno al cervello



Perdita di coscienza



Apertura delle vie aeree



L'acqua entra nei polmoni e nello stomaco



Arresto respiratorio



Arresto cardiaco



Morte

Solo un intervento deciso e tempestivo può salvare la vittima.

Come si presenta la soggetta vittima di annegamento?

Si possono presentare diversi quadri clinici

Soggetto stabile: il soggetto è cosciente con attività respiratoria e cardiocircolatoria valida (il soggetto tossisce, la pressione arteriosa è normale)

Attenzione: la mancanza di segni iniziali d'insufficienza respiratoria acuta, non esclude l'eventuale comparsa di serie complicanze a distanza di alcune ore (inviare il soggetto in ospedale)

Soggetto instabile : il soggetto ha lo stato di coscienza alterato ,presenta difficoltà respiratorie (ha difficoltà a tossire, è pallido)

Soggetto in arresto cardio-respiratorio(soggetto in coma, assenza di respirazione,cute di colorito bluastro)

Che cosa bisogna fare in caso di principio di annegamento?

La possibilità di salvezza e la riduzione delle complicanze del soggetto con principio di annegamento dipendono dalla tempestività del salvataggio e alla qualità dei soccorsi.

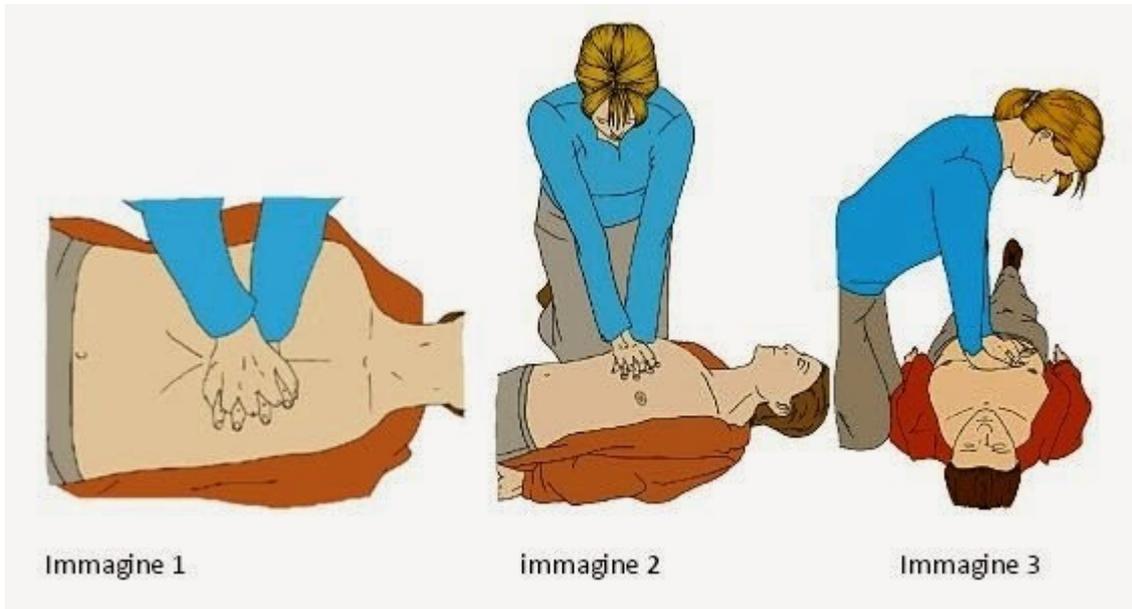
Ricordarsi sempre di:

- Allertare il servizio d'emergenza 112/118
- Estrarre la vittima dall'acqua mediante un agevole natante quale barca,gommone,tavola da surf, qualsiasi dispositivo galleggiante se la vittima è lontana dalla terra ferma
- Porre la vittima su una superficie rigida e su terra ferma
- Se il soggetto è cosciente e respira aiutarlo a tossire
- Rimuovere eventuali ostacoli che ostruiscono le vie aeree(alghe, secrezioni schiumose, corpi estranei, vomito).
- Se vomita metterlo in posizione laterale di sicurezza per evitare il soffocamento
- Se il soggetto è incosciente e non respira inizia la rianimazione cardio-polmonare, la prima possibile

Come si eseguono le manovre di rianimazione ?

Una volta che il soggetto è stato portato sulla terra ferma:

- Ruotare la vittima su dorso
- Aprire le vie aeree (iperestendendo il capo e sollevando il mento)
- Guardare all'interno della bocca se sono presenti corpi estranei che ostruiscono le vie aeree.
- Disostruire le vie aeree da corpi estranei infilando in bocca il dito indice a uncino
- Eseguire la rianimazione cardio-polmonare: compressioni toraciche e insufflazione d'aria con la tecnica a bocca a bocca (30 compressioni seguite da 2 insufflazioni di aria)



La rianimazione cardio-polmonare s'interrompe quando

- La vittima comincia a respirare normalmente in autonomia.
- Arriva il soccorso sanitario avanzato
- Il soccorritore è esausto

Che cosa non bisogna fare in caso di principio di annegamento?

- Evitare di raggiungere a nuoto la vittima quando è lontana dalla terra ferma
- Non cercare di fare uscire l'acqua dai polmoni, può provocare il vomito e sottopone la vittima a rischio di soffocamento
- Non ritardare la rianimazione cardio polmonare
- Evitare la flessione e la distensione della testa se non si sono certi che la vittima ha un trauma della colonna cervicale. Pertanto è necessario porla su una tavola rigida e portarla su terra ferma.

Quali sono le complicanze?

Una vittima di annegamento se soccorsa in tempo difficilmente va incontro a complicanze
Le complicanze frequenti sono:

- Sequele neurologiche dovute alla mancanza di ossigeno al cervello
- Inalazione di sostanze tossiche presenti spesso nelle piscine
- Infezioni generalizzate dovute a inalazione di acqua inquinata da batteri e virus

Da cosa dipende il rischio di complicanze e di morte?

- Età (gli anziani e i bambini sono più a rischio rispetto ai giovani)
- Le condizioni cliniche precedenti del soggetto (malattie preesistenti aumentano il rischio di morte)
- La tempestività e la qualità della rianimazione cardio-polmonare praticata
- Il tempo di arrivo in una struttura ospedaliera adeguata

Quale regola seguire per prevenire l'annegamento?

I dati epidemiologici indicano che il rispetto di alcune semplici regole riduce dell'ottanta per cento il rischio di annegamento e le complicanze

1. **Non nuotare mai da soli:** assicurarsi sempre che qualcuno sia presente e non perde mai di vista il soggetto, soprattutto i bambini, che è in acqua. Questa regola vale anche per gli adulti
2. **Preferire sempre spiagge con la presenza di bagnini.** I bagnini sono addestrati a vedere nuotatori sul punto di annegare e ad agire rapidamente per salvare vite. Inoltre, sono certificati per eseguire la rianimazione cardio-polmonare
3. **Impara a nuotare:** A sei mesi i bambini possono già prendere lezioni. Gli adulti che non sanno nuotare dovrebbero prendere anch'essi lezioni.
4. **Usare galleggianti certificati.** Portarsi sempre i giubbotti salvagenti e gli altri galleggianti, possono tenere a galla chi li indossa, anche in stato d'incoscienza
5. **Evitare di fare il bagno in acque con correnti forti.** Sono particolarmente pericolose le "correnti di ritorno", forti e veloci correnti che si formano vicino alla riva, trascinano i nuotatori in mare aperto.
6. **Non farsi prendere dal panico.** Nel raro caso in cui ci si trova in un corrente forte, non lottare contro la corrente, mettersi in parallelo alla costa e nuotare con tutta la forza, in questo modo si esce dalla corrente di ritorno che sono attive solo in canali relativamente stretti e alla fine si esce dalla corrente e si possono raggiungere le acque più calme.
7. **Se si perde il controllo e le forze.** Cercare di galleggiare e lasciarsi portare dalla corrente, mettersi a pancia in acqua e fare un movimento dall'interno all'esterno con le braccia, per stabilizzare il

corpo e galleggiare per conservare le energie, così da poter provare a raggiungere la spiaggia o chiamare aiuto.

8. **Non usare droghe o alcol prima di immergersi nell'acqua**
9. **Guarda e chiedi aiuto ad altri se si soccorre qualcuno** *NON SOCCORRERE MAI DA SOLO.*
10. **Assicurarsi sempre che l'acqua sia sicura e balneabile:** chiedere informazioni. Non immergersi se si è da soli
11. **Rendere la piscina inaccessibile ai bambini quando sono da soli attraverso barriere fisiche**
12. **Ricordarsi che i bambini piccoli possono annegare in acqua molto bassa.** È molto importante osservare i bambini piccoli quando si trovano in acqua di qualunque profondità, anche nella vasca da bagno non perderli mai di vista
13. **Non immergersi in acqua subito dopo aver mangiato**
14. **Imparare le tecniche di rianimazione cardio-polmonare**