

# I TRAUMI

(LOCALIZZATI AGLI ARTI)

## CONTUSIONI:

-**ECCHIMOSI:** traumi con rottura di piccoli capillari.

-**EMATOMI:** traumi con rottura di vasi più grandi che formano una raccolta di sangue.

CONTROLLARE L'EVOLUZIONE IN ALCUNI CASI PERSISTE UN NODULO CHE SI RIASSORBE LENTAMENTE.

-**ABRASIONI ED ESCORIAZIONI:**

## COSA FARE:

PULIRE LA ZONA CON ACQUA E SAPONE,  
MEDICARE CON GARZE STERILI E BETADINE.

LASCIARE SCOPERTE.

APPLICARE CEROTTI MEDICATI SOLO IN CASO DI SANGUINAMENTO

## DISTORSIONI:

- traumi causati da un movimento anomalo di una articolazione:
- presentano: gonfiore, dolore, calore, talvolta arrossamento

## COSA FARE:

- applicare ghiaccio nella zona interessata con uno strato barriera fra la cute ed il ghiaccio, non applicare il ghiaccio direttamente sulla pelle.
- Mantenere l'arto in scarico: posizione sollevata.
- Si possono usare farmaci in pomata o gel
- Somministrare paracetamolo se necessario.

**NB: SE L'ARTICOLAZIONE INTERESSATA E' PARTICOLARMENTE GONFIA, OPPURE SONO INTERESSATE ZONE COME IL VOLTO, IL NASO, LABBRA E/O OCCHI E' OPPORTUNO RECARSI AL PRONTO SOCCORSO PIU' VICINO.**

