

## Colpo di sole e colpo di calore

### *Il colpo di sole*

È dovuto all'azione diretta dei raggi solari sul capo.

#### **Sintomi**

Inizialmente:

- ◆ malessere, stordimento, cefalea
- ◆ colorito rosso acceso del volto
- ◆ sudorazione profusa
- ◆ nausea, vomito
- ◆ vertigini, ronzii

Successivamente:

- ◆ calo della pressione arteriosa
- ◆ evoluzione verso lo stato di shock
- ◆ pallore, pelle fredda e umida
- ◆ polso piccolo e frequente
- ◆ coma.

#### **Primo Soccorso**

Portare in ambiente fresco e all'ombra il paziente; nella fase iniziale (rossore) fargli assumere la posizione semiseduta, successivamente, in fase avanzata (pallore), quella antishock. Far bere acqua e sale se il soggetto è cosciente. Sono utili le spugnature fresche, ma devono essere evitati i bruschi raffreddamenti. In caso di incoscienza adottare la posizione laterale di sicurezza con gambe sollevate.

## **Il colpo di calore**

In un ambiente molto umido e poco ventilato il sudore non può evaporare, ciò determina un arresto della sudorazione sicché il corpo non elimina più il calore.

Questa situazione è frequente nei luoghi tropicali, ma anche in particolari ambienti lavorativi come le miniere e le fonderie, e nelle automobili chiuse surriscaldate durante l'estate.

### **Sintomi**

- ◆ malessere e sete intensa
- ◆ cute ardente e secca (febbre oltre i 40°)
- ◆ colorito rosso acceso, poi cianotico
- ◆ nausea, vomito
- ◆ crampi
- ◆ polso piccolo e frequente
- ◆ respiro rapido
- ◆ torpore o delirio, poi coma
- ◆ dispnea.

### **Primo Soccorso**

Portare il paziente in ambiente fresco e ventilato, raffreddarlo con impacchi freschi. Se è rosso in viso, adottare la posizione semiseduta; se è cosciente gli si faccia bere acqua salata (non acqua gelata). In fase avanzata porlo in posizione laterale di sicurezza.

Non si faccia scendere bruscamente la temperatura sotto i 39°, perché si provocherebbe un collasso.

### **Assideramento**

È l'effetto del freddo, intenso e protratto, su tutto l'organismo.

La vasocostrizione cerebrale determina alcuni segni premonitori quali fiacchezza fisica e mentale, irritabilità e irragionevolezza, tremito, difficoltà di vista e di parola, tachicardia, torpore.

Successivamente il quadro si aggrava e si manifestano sonnolenza fino al coma, polso debole, respiro rallentato fino all'arresto.

### **Primo Soccorso**

- ◆ portare in ambiente asciutto, ma non eccessivamente riscaldato
- ◆ togliere gli abiti bagnati
- ◆ riscaldare il soggetto gradualmente, con massaggi e panni caldi (non avvicinarlo a fonti dirette di calore)
- ◆ somministrare bevande calde se cosciente
- ◆ NON somministrare alcolici.