

PERCORSI INFORMATIVI PER STRANIERI (EDUCAZIONE SANITARIA)

ALONZI SANDRA

BELLONE ANTONIETTA

DE BLASIS ANGELO GIOVANNI

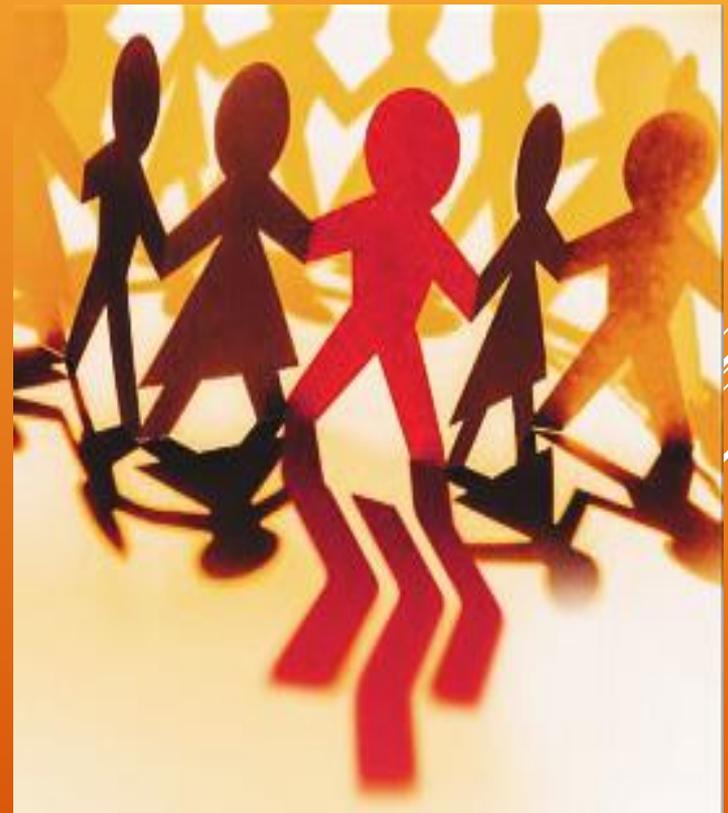
GENCHI ADELE

MARCELLI PASQUA MARIA ROSARIA

MASTROPIETRO STEFANIA

PAPA ANNA MARIA

TOMEI LOREDANA



MINISTERO DELLA SANITÀ

legge n. 40 del 1998

**“disciplina dell’immigrazione e norme sulla
condizione dello straniero”**

*Tutti gli stranieri non appartenenti all’Unione
Europea presenti in Italia con regolare permesso
di soggiorno hanno l’obbligo di iscriversi al SSN.*

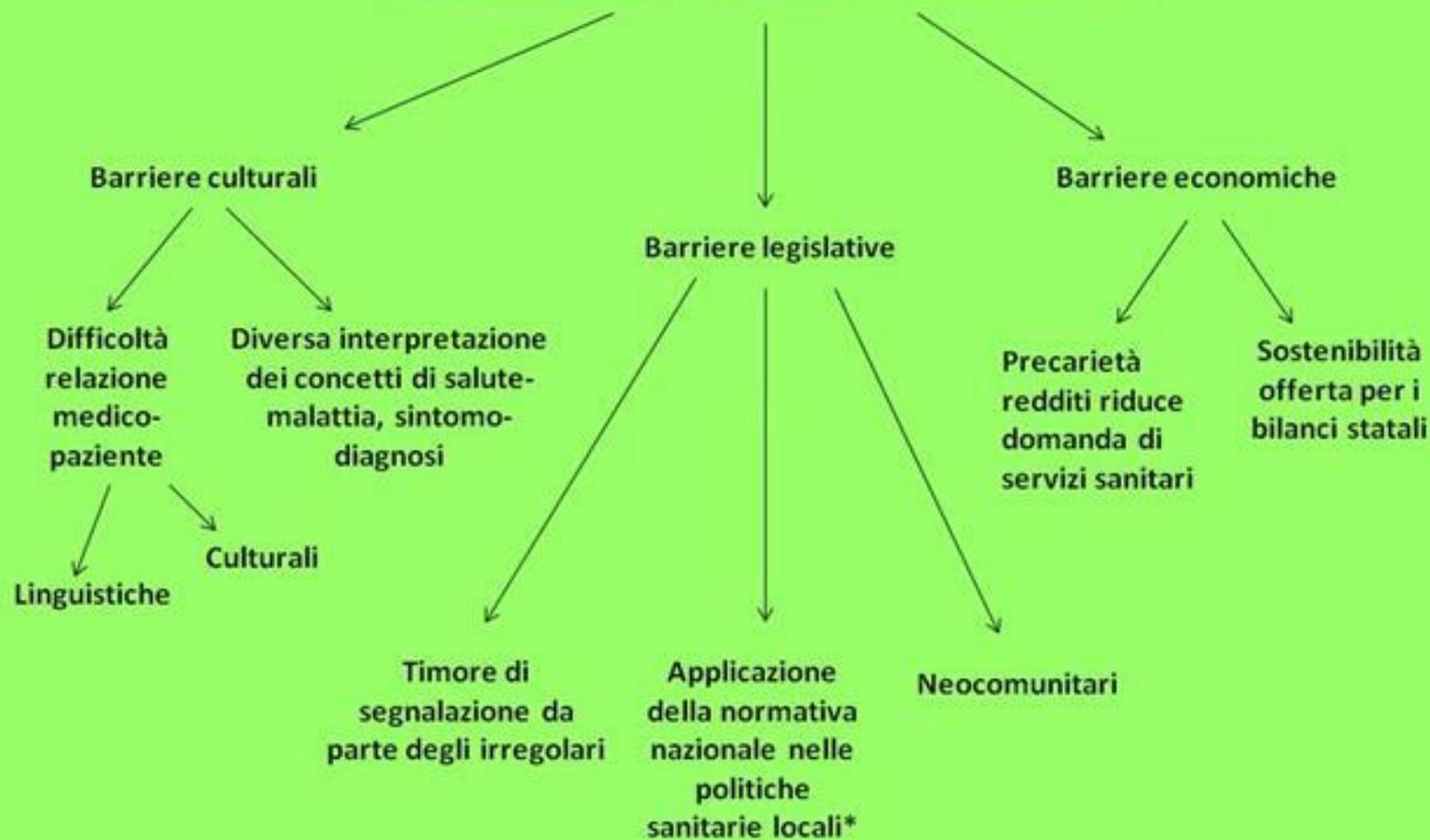
MINISTERO DELLA SANITÀ

L'Accesso ai servizi socio-sanitari e di assistenza della persona straniera

non regolarmente soggiornante non preclude alle persone straniere di ricevere, nei presidi pubblici e accreditati di ogni ASL, le seguenti prestazioni:

- cure ospedaliere urgenti ed essenziali, comprese quelle erogate in regime di day hospital e pronto soccorso;
- cure ambulatoriali urgenti ed essenziali, continuative per malattia e infortunio, compresi i programmi di medicina preventiva di riabilitazione e di tutela della salute mentale.

Accesso ai servizi sanitari da parte degli immigrati



OGNI POPOLO HA IL SUO CONCETTO DI CURA DELLA PERSONA E IGIENE.

Lo scopo del nostro lavoro come operatori sanitari è informare e uniformare il concetto di igiene e cura della persona alle norme vigenti della nostra nazione.



LA COMUNICAZIONE

Importante è la comunicazione con il paziente migrante che richiede un impegno notevole e la conoscenza delle diverse culture con cui si viene a contatto.

E' fondamentale una raccolta accurata dell'anamnesi con massima chiarezza della comunicazione di qualunque messaggio.



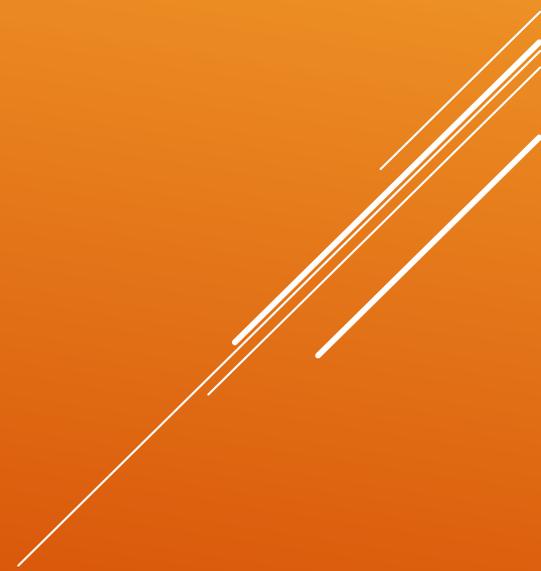
LA COMUNICAZIONE

La comunicazione può essere migliorata utilizzando un linguaggio semplice e con esempi pratici e mimici, trasmettendo un numero limitato di messaggi, mantenendo il contatto visivo e non eccedendo con la gestualità, chiedendo conferma della comprensione del messaggio.

Fondamentale comunque resta la presenza della figura di un mediatore culturale che è a conoscenza delle norme, dei valori, dei significati della cultura del paziente.

NORME IGIENICHE ELEMENTARI

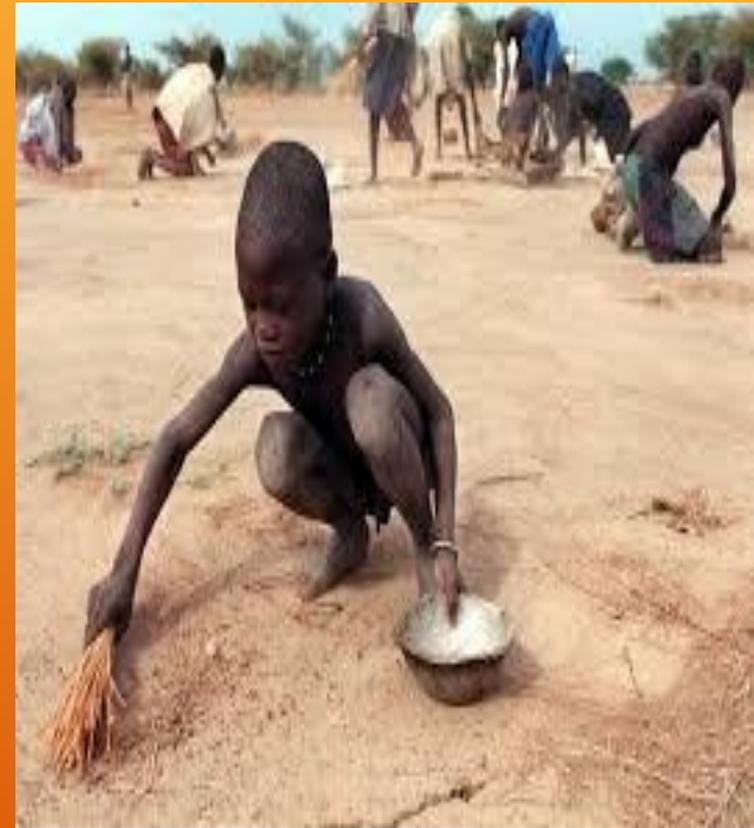
- ▶ Igiene della persona
- ▶ Preparazione del cibo
- ▶ igiene della casa



ESEMPI PRATICI DI ELEMENTARI NORME IGIENICHE SANITARIE

Prendersi cura di sé e della propria igiene è un modo di volersi bene e di rispettare gli altri.

Sottovalutando la propria igiene, infatti, rischiamo di mettere a dura prova il nostro fisico e la nostra salute e di dar fastidio a chi ci circonda. Una buona igiene personale consente di limitare le contaminazioni esterne e le infezioni che attaccano il nostro organismo.



LAVARSI LE MANI



Lavarsi le mani è un'azione chiave dal punto di vista igienico, dato che proprio attraverso le mani si diffonde la maggior parte delle malattie infettive.

► Come ci si lava le mani?

Per lavarsi bene le mani ed eliminare i germi, non basta il sapone. Il metodo più efficace è quello di insaponare, strofinare, risciacquare e asciugare bene le mani.

QUANDO BISOGNA LAVARSI LE MANI ?

Bisogna lavarsi le mani il più spesso possibile, in particolare in alcuni momenti:

- ✓ prima di cucinare o di mettersi a tavola ,
- ✓ prima di mangiare o di imboccare i bambini,
- ✓ dopo essersi soffiati il naso, aver tossito o starnutito ,
- ✓ ogni volta che si torna a casa dopo aver utilizzato i mezzi pubblici,
- ✓ dopo aver fatto visita a una persona ammalata o aver toccato un suo oggetto o i suoi effetti personali,
- ✓ prima di mettere o togliere le lenti a contatto,
- ✓ dopo essere andati in bagno o dopo aver toccato rifiuti.

SOFFIARSI IL NASO, STARNUTIRE, SPUTARE, TOSSIRE

Le azioni quotidiane come soffiarsi il naso, starnutire, sputare, tossire possono rivelarsi ad alto rischio.

Bisogna rispettare delle norme igieniche precise:

- ▶ Coprirsi la bocca, meglio se con un fazzoletto al primo colpo di tosse.
- ▶ Mettersi la mano davanti al naso e alla bocca quando si starnutisce e lavarsi poi le mani con acqua e sapone .
- ▶ Soffiare il naso con fazzoletti di carta.
- ▶ Sputare solo nel fazzoletto e poi lavarsi le mani.
- ▶ Usare fazzoletti di carta monouso, gettarli nella spazzatura, possibilmente in un secchio con sacco e coperchio.



IGIENE DEL CORPO



IGIENE DEL CORPO

Anche il corpo è terreno ideale per i microbi.

Il sudore, la polvere e il calore sono causa di moltiplicazione dei germi. Per questo è importante farsi una doccia al giorno e cambiare la biancheria, soprattutto quella intima, quotidianamente.

► **Utilizzare biancheria personale**

Gli asciugamani, i cappelli, le sciarpe e gli indumenti in genere devono essere personali e non in condivisione. Anche lo spazzolino, il pettine e gli altri strumenti per l'igiene. Questo per evitare lo scambio di germi e batteri e il propagarsi di infezioni.

IGIENE DEL CORPO

I **capelli**, allo stesso modo, vanno lavati e protetti in maniera regolare: lo shampoo va effettuato due volte a settimana. Le spazzole utilizzate per l'asciugatura sono di uso strettamente personale.

L'igiene intima, è importantissima per la tutela delle zone delicate: il lavaggio va effettuato diverse volte al giorno (le donne in particolare nel periodo mestruale). L'igiene intima va praticata mediante l'utilizzo di abbondante acqua tiepida e di saponi liquidi delicati che proteggano dall'attacco batterico.

La pulizia della persona è dunque indispensabile per preservare l'organismo dalla contrazione di patologie .



IGIENE ORALE



IGIENE ORALE

- ▶ L'igiene orale è fondamentale per la pulizia della bocca e dei denti, continuamente sottoposti al proliferare batterico: la bocca va igienizzata con uno spazzolino ed un dentifricio al fluoro, dopo ogni pasto (un minimo di tre volte al giorno). I denti vanno lavati bene spazzolandoli davanti, dietro, sopra, dall'alto in basso (per l'arcata superiore) e dal basso in alto (per l'arcata inferiore) con un piccolo movimento rotatorio, arrivando al bordo gengivale, e sciacquare.
- ▶ Lo spazzolino va cambiato ogni due mesi o quando le setole cominciano ad essere usurate.

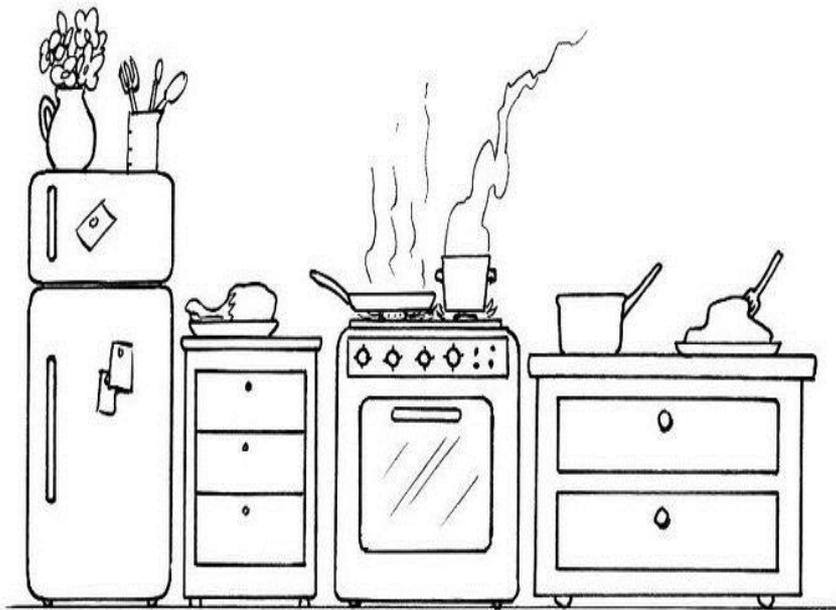
PREPARAZIONE CIBO



PREPARAZIONE CIBO

- ▶ Un ruolo importante nella prevenzione delle infezioni acquisibili in ambiente domestico riguarda l'igiene nella preparazione degli alimenti soprattutto l'estate, per le temperature elevate, è il periodo più a rischio perché il caldo associato all'umidità costituisce la condizione ideale per la proliferazione dei germi. Ma un minimo di attenzione è necessario in ogni momento dell'anno.
- ▶ Importante è proteggere gli alimenti dalle mosche. Può sembrare superflua la raccomandazione di lavarsi accuratamente le mani nell'accingersi alla preparazione dei pasti, soprattutto dopo un'attività che comporti un forte inquinamento come la cura di animali domestici e di allevamento, il giardinaggio o la pulizia dei sanitari.
- ▶ Importante è la necessità di tenere in frigorifero i cibi facilmente deteriorabili e di eliminare rapidamente i rifiuti domestici (soprattutto in estate quando il caldo li fa fermentare, rendendoli un vivaio naturale per i batteri).

UTENSILI



k7383152 www.fotosearch.com

IGIENE DELLA CASA



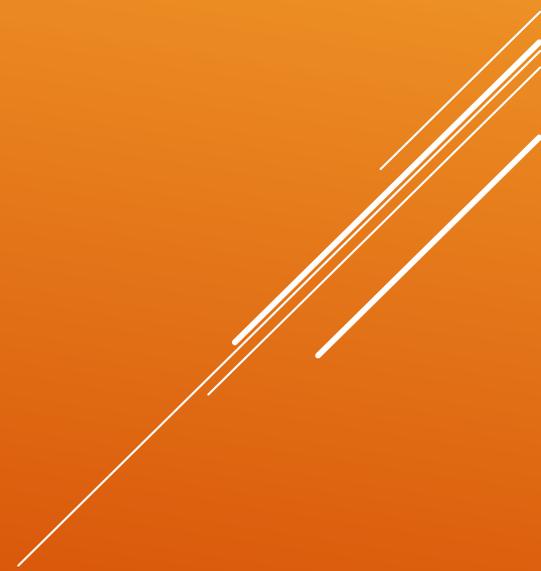
IGIENE DELLA CASA

Anche i luoghi in cui viviamo e lavoriamo devono essere accuratamente puliti e igienizzati come ad esempio cucina e bagno.

Possono essere utilizzati detergenti naturali come aceto, limone e bicarbonato oppure prodotti che si trovano in commercio.



PRIME NORME DI PRONTO SOCCORSO



USTIONI E SCOTTATURE LEGGERE

Fate scorrere acqua fredda sull'ustione per attenuare il dolore.

Lavatevi le mani con cura prima di toccare l'ustione.

Se non si sono formate vesciche, stendete la pomata per le ustioni che avete nella cassetta di pronto soccorso e coprite con una medicazione formata da diversi fogli di garza sterile posti l'uno sull'altro.

Se invece si sono formate vesciche, copritele con garza sterile per evitare il contatto con l'aria e le infezioni sempre possibili.

Non applicate oli.

Non asportate la pelle in prossimità delle vesciche.

Attenzione: le ustioni, anche se superficiali, possono essere pericolose se sono molto estese, in tal caso chiamate un medico.

AVVELENAMENTO DA OSSIDO DI CARBONIO

È un gas inodore, incolore, pericolosissimo. Viene prodotto da bruciatori difettosi, forni e combustione in genere quando si sviluppa in spazi non ventilati. I sintomi tipici di intossicazione conclamata sono: mal di testa, vertigine,, difficoltà respiratoria, nausea e vomito.

Se non si interviene subito possono aversi collasso e perdita di coscienza. Ovviamente, il soccorritore dovrà evitare di respirare l'aria <<avvelenata>> dell'ambiente.

Occorrerà pertanto spalancare subito porte e finestre, portare l'infortunato all'aria aperta, sdraiarlo per terra e coprirlo per tenerlo caldo.

Se la respirazione cessa si praticherà la respirazione artificiale.

In questo caso occorrerà chiamare l'ambulanza.

Prevenzione: accertare se caldaia o fornello bruci con fiamma blu in un ambiente in cui il ricambio dell'aria sia assicurato. La fiamma gialla è segno di mal funzionamento e, quindi, di pericolo.

FEBBRE

L'inizio di un attacco febbrile può essere annunziato da piccole involontarie contrazioni muscolari che si accompagnano ad improvvisa sensazione di freddo. Tali fenomeni caratterizzano una serie di malattie come: influenza,, broncopolmonite, alcune affezioni urinarie, ecc. In attesa del medico il paziente va messo a riposo, coperto e riscaldato con borsa d'acqua calda. È utile somministrare bevande calde e NON alcoliche.

CRISI IPOGLICEMICA

Se una persona presenta alcuni segni premonitori (pallore, sudore freddo, confusione mentale) significa che ha subito un abbassamento della glicemia (zucchero nel sangue). Se il paziente non ha perso coscienza ed è in grado di inghiottire, dovrà assumere dolci, zucchero, succhi di frutta. Passata la crisi è consigliabile la visita medica, nonché l'analisi del sangue per la determinazione del tasso di glucosio.

DIARREA

La diarrea comune (scariche intestinali troppo frequenti o liquide) guarisce generalmente in un tempo compreso tra 12 e 24 ore. Essa può essere causata da eccessi alimentari, da cambiamenti di vitto o di acque, dall'affaticamento o dalla tensione nervosa. I dolori addominali sono una tipica caratteristica di queste situazioni. Il trattamento consiste nell'astenersi dal mangiare per le prime 18-24 ore. Durante tale periodo, poiché il corpo è disidratato, è importante sostituire i liquidi perduti. Pertanto occorrerà somministrare al paziente tè leggero, brodo o acqua minerale ogni ora o dopo ogni scarica. I liquidi non devono essere freddi. La permanenza a letto può affrettare la guarigione. Quando le scariche sono cessate da circa 18 ore il paziente potrà essere alimentato con una dieta leggera: pane tostato, riso bianco molto cotto, verdure passate.

DOLORE ADDOMINALE / APPENDICITE

Il paziente che presenta dolore addominale va fatto sdraiare con i muscoli addominali rilasciati e palpategli l'addome.

Se ha febbre, anche se leggera, e se l'addome è duro o teso ed è sensibile o dolente alla pressione chiamate subito il medico.

Quando è presente dolore allato destro dell'addome, verso il basso, sospettate un'appendicite finché non è provato che si tratti di altro.

Altri sintomi di appendicite sono: nausea, vomito, dolore persistente.

Non permettete al paziente di mangiare nulla: i cibi, come i lassativi, aumentano sempre il pericolo di una perforazione dell'appendice.

Non permettete che beva nulla. Applicate una borsa di ghiaccio sull'addome. Tenete il paziente sdraiato e attendete il medico.

FORUNCOLI E ORZAIOLI

Non spremere e non tentare di perforare i foruncoli. Applicare invece impacchi caldi parecchie volte al giorno, il foruncolo si apre da solo, non schiacciare. Asportare il pus applicando una leggera pressione con un batuffolo inumidito con una soluzione salina e poi coprirlo con una medicazione sterile.

Gli orzaioli sono piccoli foruncoli che si formano nelle palpebre. Anche in tal caso applicare impacchi caldi parecchie volte al giorno. Pulire con una soluzione salina sterile. Se i foruncoli o gli orzaioli sono parecchi, molto dolorosi e persistenti, consultare un medico.

PUNTURE DI API, VESPE, CALABRONI

Disinfettare la cute e, se è possibile, togliere il pungiglione sollevandolo o smuovendolo con un ago sterile. Fare scorrere acqua fredda sopra e attorno alla puntura oppure applicare del ghiaccio per alleviare il dolore e ostacolare i fenomeni infiammatori .

Utile è l'utilizzo di una pomata antistaminica che può calmare il prurito. Alcune persone allergiche reagiscono in modo violento alle punture d'insetto: in questi casi può presentarsi la necessità di un intervento urgente del medico.

ZECCHHE

Le zecche possono trasmettere un gran numero di agenti patogeni. Le probabilità d'infezione per mezzo della puntura sono generalmente basse se la zecca rimane attaccata per meno di 36-48 ore. Proteggere le mani con un paio di guanti. Le zecche vanno rimosse con una pinzetta afferrandole saldamente il più vicino possibile alla cute, senza schiacciarle, ed effettuando una trazione decisa ma non brusca verso l'alto. Il rostro della zecca, che spesso rimane all'interno della cute, deve essere estratto con un ago sterile. Dopo l'estrazione disinfettare la cute, bruciare la zecca e controllare la vaccinazione antitetanica. Non tentare di estrarre la zecca in altro modo ed evitare gli antibiotici. Per un periodo di almeno un mese si deve controllare tutti i giorni la zona della puntura. Se dovesse comparire un arrossamento che tende ad espandersi dovette recarvi al più presto dal vostro medico riferendo di essere stati punti da una zecca.

STORTE - DISTORSIONI

Sollevare l'articolazione colpita e metterla in posizione comoda. Ponete sopra una borsa di ghiaccio o un impacco freddo per calmare il dolore e il gonfiore. Se la distorsione interessa una caviglia, evitare di camminare o di stare semplicemente in piedi. Le distorsioni gravi devono essere esaminate dal medico per scoprire eventuali fratture.



TAGLI, GRAFFI, ESCORIAZIONI

Per prevenire la possibilità di infezioni, lavare accuratamente le mani prima di medicare una ferita. Pulire la pelle intorno alla ferita con garza sterile, acqua corrente e sapone. Lavare la cute circostante procedendo dalla ferita verso l'esterno e non viceversa. Quando la zona circostante è pulita, lavare la ferita stessa con acqua corrente e sapone usando garza sterile e rinnovandola frequentemente. Togliere con cura ogni traccia di sporcizia e ogni frammento. Se è necessario usare un ago sterile o un paio di pinzette, bollite per dieci minuti, per togliere frammenti di corpi estranei. Usare un disinfettante a base di iodio o un disinfettante non alcolico sulla cute circostante la ferita. Alla stessa maniera, disinfettare la ferita e coprite con garza sterile e fissarla con il cerotto o con una benda.

SITUAZIONE DI EMERGENZA

Nelle situazioni gravi, si può ricorrere ad uno dei servizi appositamente predisposti :

- ❖ **guardia medica**
 - ❖ **118 (numero di emergenza)**
 - ❖ **Pronto soccorso**
- 

The background features five handprints in different colors: red, yellow, pink, blue, and green. The text is overlaid on these handprints.

***Ho l'audacia di credere
che i popoli di tutta la terra
possano ottenere tre pasti al giorno per il
loro corpo,
istruzione e cultura per la loro mente,
dignità, uguaglianza e libertà per il loro
spirito.***

***Rimarremo insoddisfatti finché
l'integrazione
non apparirà più come un problema,
ma come un'opportunità per partecipare
alla bellezza della diversità.***

Martin Luther King

