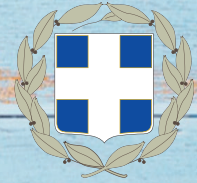




ΙΑΤΡΙΚΟΣ
ΣΥΛΛΟΓΟΣ
ΑΘΗΝΩΝ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΑΤΤΙΚΗΣ



ΣΟΒΑΡΑ ατυχήματα ΠΑΙΔΙΩΝ ΣΤΗ θάλασσα

“ Αξιότιμοι γονείς, αγαπητά παιδιά,

Κι αυτό το καλοκαίρι θέλουμε να έχετε μόνο χαρές και διασκέδαση.

Όμως μη ξεχνάτε ότι υπάρχουν πολλοί κίνδυνοι για ατυχήματα. Γι' αυτό επιθυμούμε να σας ενημερώσουμε πώς θα τα προλάβετε. Για να απολαύσετε τη θάλασσα, το βουνό, την εξοχή, τη φύση, τη ζωή. Διαβάστε τις οδηγίες που έχουμε φτιάξει για σας. Τηρήστε τις πιστά! Τα ατυχήματα κυρίως προλαμβάνονται αλλά και αντιμετωπίζονται.

Σας εύχομαι από καρδιάς ένα καλό και ασφαλές καλοκαίρι! ”

ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΤΟΥΛΗΣ

ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΙΑΤΡΙΚΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ ΑΘΗΝΩΝ & ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΡΧΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ

Σύνταξη: **Αν. Χατζής** Παιδίατρος - Εντατικολόγος, Μέλος ΔΣ ΙΣΑ
Χρ. Κουτσαυτική Παιδίατρος - Εντατικολόγος, Επιμελήτρια Α' ΚΥ Ραφήνας
Επιμέλεια: **Φ. Πατσουράκος** Καρδιολόγος, Αρχίατρος ε.α. Αντιπρόεδρος Α' ΙΣΑ
Κεντρική Εποπτεία: **Γιώργος Πατούλης** Πρόεδρος ΙΣΑ & Περιφερειάρχης Αττικής

ΗΛΙΟΣ



- ☞ **ΑΝΤΗΛΙΑΚΟ ΠΑΝΤΑ ΠΡΙΝ**
- ✗ **ΟΧΙ ΗΛΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ!**
- ☞ **ΚΑΠΕΛΟ - ΓΥΑΛΙΑ - ΜΠΛΟΥΖΑΚΙ**

ΗΛΙΑΚΑ ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ

- ☞ Άμεση απομάκρυνση από την επίδραση του ήλιου
- ☞ Κάλυψη ερυθρών περιοχών με ενυδατική κρέμα
- ☞ Παραμονή σε σκιερό και δροσερό μέρος
- ☞ Ενυδάτωση μόνο με δροσερό νερό

«ΗΛΙΑΣΗ»

- ☞ Κατάκλιση σε σκιερό & δροσερό περιβάλλον
- ☞ Δροσερές κομπρέσες στο μέτωπο
- ☞ Ενυδάτωση με δροσερό νερό
- ☞ Ελαφρά γεύματα αν το παιδί πεινάει πολύ
- ☞ Αντιπυρετικό αν πυρετός ή/και πονοκέφαλος
- ☞ Αναζήτηση ιατρικής γνώμης και βοήθειας

ΑΓΓΙΓΜΑ ΜΕΔΟΥΣΑΣ

- ☞ Απομακρύνουμε τα πλοκάμια με πλαστική κάρτα, χωρίς τρίψιμο
- ✗ Δεν πιάνουμε τα πλοκάμια με τα χέρια μας γυμνά αλλά με γάντια
- ☞ Ρίχνουμε πάνω στο ερεθισμένο δέρμα άφθονο θαλασσινό νερό
- ☞ Καλύπτουμε το ερεθισμένο δέρμα με αλκοολούχο διάλυμα (π.χ. οινόπνευμα, ξύδι)
- ☞ **Εξαίρεση η μωβ μέδουσα μαγειρική σόδα + αλατούχο νερό 1:1**
- ☞ Μεταφέρουμε ΠΑΝΤΑ το θύμα στο Κέντρο Υγείας / νοσοκομείο

ΤΣΙΜΠΗΜΑ ΔΡΑΚΑΙΝΑΣ

- ☞ Ηρεμούμε το παιδί γιατί σίγουρα πονάει
- ☞ Βυθίζουμε το προσβεβλημένο μέλος σε ζεστό νερό για να αδρανοποιηθεί η τοξίνη (35-40 °C/ προσοχή μην προκληθεί έγκαυμα)
- ☞ Μεταφέρουμε το παιδί στο Κέντρο Υγείας για εκτίμηση

ΑΣΦΑΛΗΣ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ



- ☞ **ΜΠΡΑΤΣΑΚΙΑ ή ΓΙΛΕΚΟ**
- ✗ **ΟΧΙ ΜΑΚΡΟΒΟΥΤΙ**
- ✗ **ΟΧΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ**
- ✗ **ΟΧΙ ΒΟΥΤΙΕΣ ΑΠΟ ΒΡΑΧΟ**

ΠΝΙΓΜΟΣ



- ☞ Καλούμε σε βοήθεια πριν βοηθήσουμε το θύμα
- ☞ Ασφάλεια διασώστη = πλησιάζουμε από πίσω το θύμα
- ☞ Έξοδος σε ασφαλές μέρος πριν δώσουμε τις πρώτες βοήθειες

ΠΑΡΟΧΗ ΣΩΣΤΩΝ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

Αν το παιδί αναπνέει κι έχει τις αισθήσεις του:

- ☞ το ξαπλώνουμε στο πλάι και το καθησυχάζουμε
- ☞ καλούμε το Ε.Κ.Α.Β. για τη μεταφορά του σε νοσοκομείο ΠΑΝΤΑ

Αν το παιδί δεν αναπνέει κι έχει χάσει τις αισθήσεις του:

- ☞ εμείς του κάνουμε συνεχώς καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση
- ☞ άλλος καλεί το Ε.Κ.Α.Β. για τη μεταφορά του στο νοσοκομείο

ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΜΕ

Χειρισμούς αφαίρεσης νερού από τους πνεύμονες. Γιατί:

- ✗ είναι ανέφικτο! (οι πνεύμονες δεν είναι δύο σακούλες που τους βγάζουμε το νερό)
- ✗ είναι επικίνδυνο! (προκαλούμε εισρόφηση γαστρικού υγρού μέσα στους πνεύμονες)