

- ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ -  
**ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΕΡΚΥΡΑΣ**  
ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1802  
**ΝΟΜΙΚΟ ΠΡΟΣΩΠΟ ΔΗΜΟΣΙΟΥ ΔΙΚΑΙΟΥ**

- πλατεία Σκαρामαγκά 4, 491 00 Κέρκυρα -

τηλ./Fax 2661046023, isk@otenet.gr, www.isk.gr

ΑΡ.ΠΡΩΤ. 801  
Κέρκυρα, 11/7/2023

- ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ -

Ο Ιατρικός Σύλλογος Κέρκυρας εν όψει του επικείμενου καύσωνα με την ονομασία Κλέων, εφιστά την προσοχή, ειδικά στις ευπαθείς ομάδες του πληθυσμού να ακολουθούν σχολαστικά, τα μέτρα προφύλαξης και πρόληψης των παθολογικών καταστάσεων που προκαλούνται από τις υψηλές θερμοκρασίες και ειδικά κατά την περίοδο του καύσωνα, για να προστατέψουν την υγεία τους.

Ο καύσωνας αυτός εντάσσεται στα **Επικίνδυνα Καιρικά Φαινόμενα με διάρκεια τουλάχιστον έξι ημερών με θερμότερες ημέρες την Παρασκευή (14-07-2023) και το Σάββατο (15-07-2023).**

Η σημαντικότερη εξέλιξη των διαταραχών του οργανισμού από τις υψηλές θερμοκρασίες είναι η θερμοπληξία, που εμφανίζεται μετά από παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο κυρίως σε περίοδο καύσωνα και εκδηλώνεται με αιφνίδια αύξηση της θερμοκρασίας του σώματος (>40-41οC), με ερυθρότητα και ξηρότητα του δέρματος, με έντονο αίσθημα δίψας, συγχυτική συμπεριφορά, με σπασμούς του σώματος και τέλος με απώλεια συνείδησης και κωματώδη κατάσταση.

Ειδικότερα, σύμφωνα με τις οδηγίες αυτοπροστασίας από τις υψηλές θερμοκρασίες, συνιστάται στους πολίτες:

- Να παραμένουν σε χώρους δροσερούς και σκιερούς μακριά από συνωστισμό, να χρησιμοποιούν κλιματιστικά μηχανήματα ή ανεμιστήρες και να αποφεύγουν τη βαριά σωματική εργασία σε χώρους με υψηλή θερμοκρασία, άπνοια και μεγάλη υγρασία.
- Να αποφεύγουν την ηλιοθεραπεία, όπως και το βάδισμα ή το τρέξιμο κάτω από τον ήλιο και να φορούν καπέλο και γυαλιά ηλίου και ρούχα ανοιχτόχρωμα από ύφασμα που επιτρέπει στο δέρμα να αερίζεται και διευκολύνει την εξάτμιση του ιδρώτα, αποφεύγοντας τα συνθετικά υφάσματα.
- Να καταναλώνουν ελαφρά γεύματα με φρούτα και λαχανικά, περιορίζοντας τα λιπαρά και την ποσότητα του φαγητού.

- Να πίνουν άφθονο νερό και χυμούς φρούτων, αποφεύγοντας τα οινόπνευματώδη.

Ιδιαίτερη μέριμνα συνιστάται για τα μωρά και τα μικρά παιδιά, καθώς και τους ηλικιωμένους και τους πάσχοντες από χρόνια νοσήματα για την προστασία τους από τις υψηλές θερμοκρασίες

Οι ευρισκόμενοι σε φαρμακευτική αγωγή και ιδίως όσοι λαμβάνουν διουρητικά, ηρεμιστικά, αντιυπερτασικά, αντιϊσταμινικά, Β' αναστολείς κ.λ.π. φάρμακα πρέπει να βρίσκονται σε διαρκή επαφή με τους θεράποντες γιατρούς τους προκειμένου να λαμβάνουν τις ανάλογες οδηγίες.

Επίσης, σε διαρκή επαφή με τους γιατρούς τους πρέπει να βρίσκονται όσοι πάσχουν από νοσήματα του καρδιαγγειακού, κεντρικού νευρικού και αναπνευστικού συστήματος, οι διαβητικοί, νεφροπαθείς, αλκοολικοί καθώς και οι πάσχοντες από πάσης φύσεως βαρέα νοσήματα.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ



Δημήτριος Καλούδης



Η Γ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



Αναστασία Αποστολίδου