

# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ: «ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΥΠΑΛΛΗΛΩΝ ΣΤΗΝ ΠΑΡΟΧΗ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ»



## ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

**Εισηγήτρια:** Ευαγγελία Σταματοπούλου, RN, MSc, PhD(c)

Instructor BLS/BIC/ILS/ALS

Course Director BIC/ILS

European Resuscitation Council (ERC)

[stamevan@otenet.gr](mailto:stamevan@otenet.gr)

## ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ

- **Αναφυλαξία**
- **Αιμορραγία**
- **Επιληψία**
- **Κρίσεις πανικού**
- **Εγκαύματα**

## Αναφυλαξία

**Ορισμός:** είναι μια σοβαρή αλλεργική αντίδραση που αρχίζει αιφνίδια και μπορεί να προκαλέσει θάνατο

### Αίτια:

μπορεί να προκληθεί από την αντίδραση του σώματος σε σχεδόν οποιαδήποτε ξένη ουσία

- **Δαγκώματα ή τσιμήματα από έντομα**
- **Τρόφιμα** (παιδιά ή νέοι) (φιστίκια, σιτάρι, ξηρούς καρπούς, οστρακόδερμα, ψάρια, γάλα και αυγά)
- **Φάρμακα** (αντιβιοτικά β-λακτάμες πχ πενικιλίνη, ασπιρίνη, ΜΣΑΦ, εμβόλια, σκιαγραφικά)
- **Άσκηση ή ακραίες θερμοκρασίες**
- **Ιδιοπαθής αναφυλαξία** στο 32-50% των περιπτώσεων, η αιτία δεν είναι γνωστή

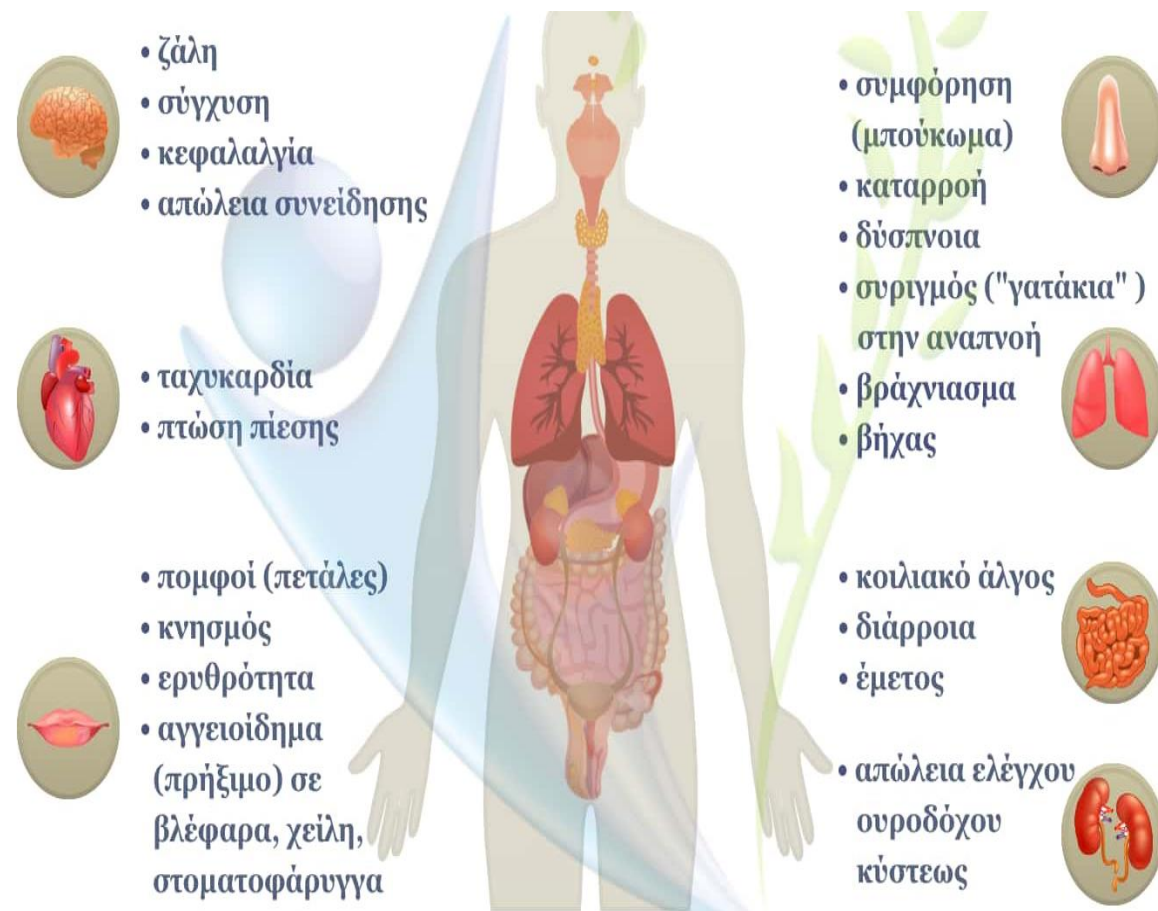


## Αναφυλαξία

### Σημεία και συμπτώματα:

- πολλά διαφορετικά συμπτώματα σε διάστημα λεπτών ή ωρών
- Οι συχνότερες περιοχές που προσβάλλονται είναι: το δέρμα (80–90%), οι πνεύμονες και οι αναπνευστικοί οδοί (70%), το στομάχι και το πεπτικό (30–45%), η καρδιά και τα αιμοφόρα αγγεία (10–45%), και το κεντρικό νευρικό σύστημα (10–15%).

Συνήθως συμμετέχουν δύο ή περισσότερα από αυτά τα συστήματα



## Αναφυλαξία

### Παράγοντες κινδύνου:

- ατοπικές ασθένειες όπως άσθμα, δερματίτιδα ή αλλεργική ρινίτιδα διατρέχουν υψηλό κίνδυνο αναφυλαξίας λόγω τροφίμων, λάτεξ και σκιαγραφικών παραγόντων
- όσο μεγαλύτερο χρονικό διάστημα περάσει από την προηγούμενη έκθεση στον παράγοντα που προκαλεί την αναφυλαξία, τόσο μικρότερος είναι ο κίνδυνος κάποιας νέας αντίδρασης

### Συχνότητα εμφάνισης:

- 4 με 5 φορές ανά 100.000 άτομα ετησίως
- κίνδυνος μεγαλύτερος σε νέους και γυναίκες

## Αναφυλαξία

### Διαφορική Διάγνωση:

- άσθμα
- λιποθυμία λόγω έλλειψης οξυγόνου
- κρίσεις πανικού
- τροφική δηλητηρίαση
- μόλυνση από παράσιτα

## Αναφυλαξία

### Πρόληψη:

- αποφυγή οτιδήποτε προκάλεσε την αντίδραση στο παρελθόν
- απευαισθητοποίηση

### Αντιμετώπιση:

- έγκαιρη αναγνώριση συμπτωμάτων
- απομάκρυνση του αιτίου
- κλήση βοήθειας
- σωστή τοποθέτηση
- έγκαιρη έναρξη θεραπείας

## Αλγόριθμος Αναφυλαξίας

Είναι Αναφυλαξία;

(A) Αεραγωγός, (B) Αναπνοή, (C) Κυκλοφορία,  
(D) Νευρολογική Κατάσταση  
(E) Έκθεση/ Περιβαλλοντικές Συνθήκες

**Κλήση για βοήθεια (166/112)**

Τοποθέτηση ασθενούς σε ύπτια θέση  
με ανασηκωμένα κάτω άκρα

**ΑΜΕΣΑ**

Χορήγηση αδρεναλίνης ΕΜ

Περαιτέρω υποστήριξη

<sup>(1)</sup> Τυποποιητές συστάσεις δοσολογίας **αδρεναλίνης** ανάλογα με το Σωματικό Βάρος (ΣΒ), ανά **5-15 λεπτά**, έως 3 φορές:

- **18-30 kg:** 0,01 mg/kg ΕΜ έως 150 µg (0,15 mg)
- **30-39 kg:** 300 µg (0,3 mg) (7-12 ετών)
- **40-59 kg:** 300 - 450 µg (0,3 - 0,5 mg) (10-12 ετών)

<sup>(2)</sup> Συνιστάται συστάσεις χορήγησης υγρών:

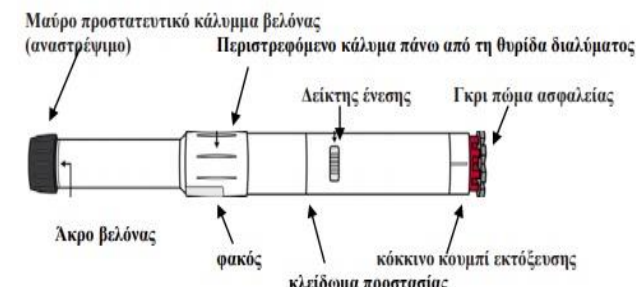
- Ενήλικες: 500 - 1000 mL
- Παιδιά: κρυσταλλοειδή 20 mL/kg

## Αναφυλαξία

### Θεραπεία:

- **ΕΠΙΝΕΦΡΙΝΗ** = θεραπεία επιλογής – αντιστρέφει παθοφυσιολογικές διεργασίες
- ένεση επινεφρίνης = χορήγηση ενδομυϊκά στον προσθιοπλάγιο μηρό
- ενδομυϊκή # υποδόρια χορήγηση, προτιμότερη όπου το φάρμακο απορροφάται πιο γρήγορα
- δόση: 0.01/ml/kg (1:1000)
- προγεμισμένες ενέσεις επινεφρίνης (αυτοενιόμενη):
 

|          |        |
|----------|--------|
| 7.5-25kg | 0.15mg |
| >25kg    | 0.30mg |
- επανάληψη με μεσοδιάστημα 5-10 λεπτά, μέχρι 3 φορές  
εάν το άτομο δεν ανταποκρίνεται καλά στη θεραπεία (συνήθως όχι >2)
- ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΣΤΗ ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΑΔΡΕΝΑΛΙΝΗΣ



## Αναφυλαξία

### Θεραπεία:

- οξυγόνο
- ενδοφλέβια χορήγηση υγρών
- εισπνεόμενοι β2 διεγέρτες
- H1 αντιϊσταμινικά
- H2 αντιϊσταμινικά
- γλυκοκορτικοειδή
- μεταφορά στο νοσοκομείο για παρακολούθηση 2-24 ώρες

### Αλγόριθμος Αναφυλαξίας



<sup>(1)</sup> Συνολικός αριθμός ενδοφλέβιας χορήγησης ανάλογα με το Σωματικό Βάρος (ΣΒ), στα **5-15 λεπτά**, έως 3 φορές:

- **ΣΒ 10-25 kg:** 0,01 mg/kg ΕΣ έως 150 μg (0,15 mg)
- **ΣΒ 25-30 kg:** 300 μg (0,3 mg) (7-12 ετών)
- **ΣΒ >30 kg:** 300 - 500 μg (0,3 - 0,5 mg) (10,5mg >12 ετών)

<sup>(2)</sup> Συνολικός αριθμός ενδοφλέβιας χορήγησης υγρών:

- Ενήλικες: 500-1000mL
- Παιδιά: κρυσταλλοειδή 20mL/kg

## Αιμορραγία

**Ορισμός:** είναι η διαφυγή αίματος από τις αρτηρίες, τις φλέβες ή τα τριχοειδή αγγεία

Η αιμορραγία αρχικά προκαλεί αδυναμία και αν δεν τεθεί υπό έλεγχο, καταπληξία με κίνδυνο θανάτου

### Διάκριση αιμορραγίας:

εσωτερική αιμορραγία

εξωτερική αιμορραγία

### Εσωτερική αιμορραγία:

- ρινορραγία
- οδοντορραγία
- γαστρορραγία
- εγκεφαλική αιμορραγία
- αιμορραγία κοιλιακής χώρας

# Αιμορραγία

## Διάκριση εξωτερικής αιμορραγίας:

**αρτηριακή αιμορραγία** το αίμα είναι ζωηρό κόκκινο και τινάζεται με ένταση ή και ρυθμό από το τραύμα

**φλεβική αιμορραγία** το αίμα είναι σκούρο και απλώς κυλά έξω από το τραύμα

**τριχοειδική αιμορραγία** το αίμα έχει κάποιο ενδιάμεσο χρώμα και απλώνεται γύρω από το τραύμα

## Ένταση εξαρτάται:

- είδος του αγγείου (αρτηρία, φλέβα, τριχοειδές)
- διάμετρο του αγγείου
- φυσική κατάσταση του αγγείου
- φυσική κατάσταση του οργανισμού
- ταχύτητα ροής του αίματος μέσα στο αγγείο (αρτηριακή πίεση και διάμετρο αγγείου)

## Αιμορραγία

### Αντίδραση του οργανισμού:

- τοπική σύσπαση των αγγείων
- προσπάθεια αποκατάστασης της βλάβης του αγγειακού τοιχώματος
- γενικευμένη περιφερική αγγειοσύσπαση και εκτροπή της κυκλοφορίας προς τα ζωτικά όργανα
- πτώση αρτηριακής πίεσης
- σημεία καταπληξίας

## Αιμορραγία

### Συμπτώματα:

- δέρμα υγρό, ψυχρό και κολλώδες
- πρόσωπο και χείλη ωχρά
- εφίδρωση και αίσθημα δίψας
- μικρός και γρήγορος σφυγμός
- γρήγορη και επιπόλαιη αναπνοή
- αδυναμία, ζάλη, σύγχυση

Όσο μεγαλύτερη, τόσο πιο έντονα τα συμπτώματα

## Αιμορραγία

### Αντιμετώπιση εξωτερικής αιμορραγίας:

- ψυχραιμία – προστασία από κινδύνους μόλυνσης από το θύμα (γάντια, μέτρα προστασίας)
- εφαρμογή σωστών συνθηκών υγιεινής και καθαριότητας (έκθεση και μόλυνση)
- αφαίρεση ρούχων, για αποκάλυψη έκτασης αιμορραγία και αντιμετώπιση
- κόψιμο με ψαλίδι ρούχων σε μεγάλες αιμορραγίες και αποφυγή κινήσεων του μέλους που αιμορραγεί
- μη αφαίρεση σφηνωμένων αντικείμενων, πλύση με φυσιολογικό ορό ή νερό εκατέρωθεν αυτών
- αν υπάρχει ενσφηνωμένο σώμα, τοποθέτηση περιμετρικά του επιθεμάτων και ακινητοποίηση
- αν δεν υπάρχει ενσφηνωμένο αντικείμενο, τοποθέτηση αποστειρωμένης γάζας πάνω από το τραύμα και πίεση - αποφυγή τοποθέτησης βαμβακιού, γιατί οι ίνες του θα κολλήσουν στο τραύμα και η προσπάθεια αφαίρεσής τους μπορεί να προκαλέσει πάλι αιμορραγία

## Αιμορραγία

### Αντιμετώπιση εξωτερικής αιμορραγίας:

- αν η αιμορραγία αφορά κάποιο άκρο, παράλληλα με την άσκηση πίεσης, ανύψωση άκρου ώστε να βρίσκεται πάνω από το επίπεδο της καρδιάς (μείωση ροής αίματος και διευκόλυνση διαδικασίας πήξης)
- αν το θύμα ζαλίζεται και νιώθει αδυναμία, προληπτικά το ξαπλώνουμε, ώστε να αποφύγουμε λιποθυμικό επεισόδιο και πτώση του στο έδαφος
- αν έχει τάση για έμετο το τοποθετούμε σε θέση ανάνηψης, ώστε να αποφύγουμε εισρόφιση από τυχόν εμετό

## Αιμορραγία

### Αντιμετώπιση εξωτερικής αιμορραγίας:

- αν η γάζα εμποτιστεί με αίμα δεν την αφαιρούμε αλλά προσθέτουμε μία δεύτερη από πάνω, ώστε να μην διακόψουμε την διαδικασία της πήξης του αίματος
- Επίδεση του επιθέματος με έναν επίδεσμο
- Εάν ματώσει ο επίδεσμος δεν τον αφαιρούμε και προσθέτουμε στο σημείο και άλλο επίθεμα και άλλον επίδεσμο
- Εάν συνεχίζει η αιμορραγία και με την καινούργια επίδεση δεν την αφαιρούμε και πάμε ψηλότερα από το σημείο που αιμορραγεί και εφαρμόζουμε ισχαιμο περιέδεση



## Αιμορραγία

### Αντιμετώπιση εξωτερικής αιμορραγίας:

#### Ίσχαιμη περίδεση – έμμεση πίεση (tourniquet)

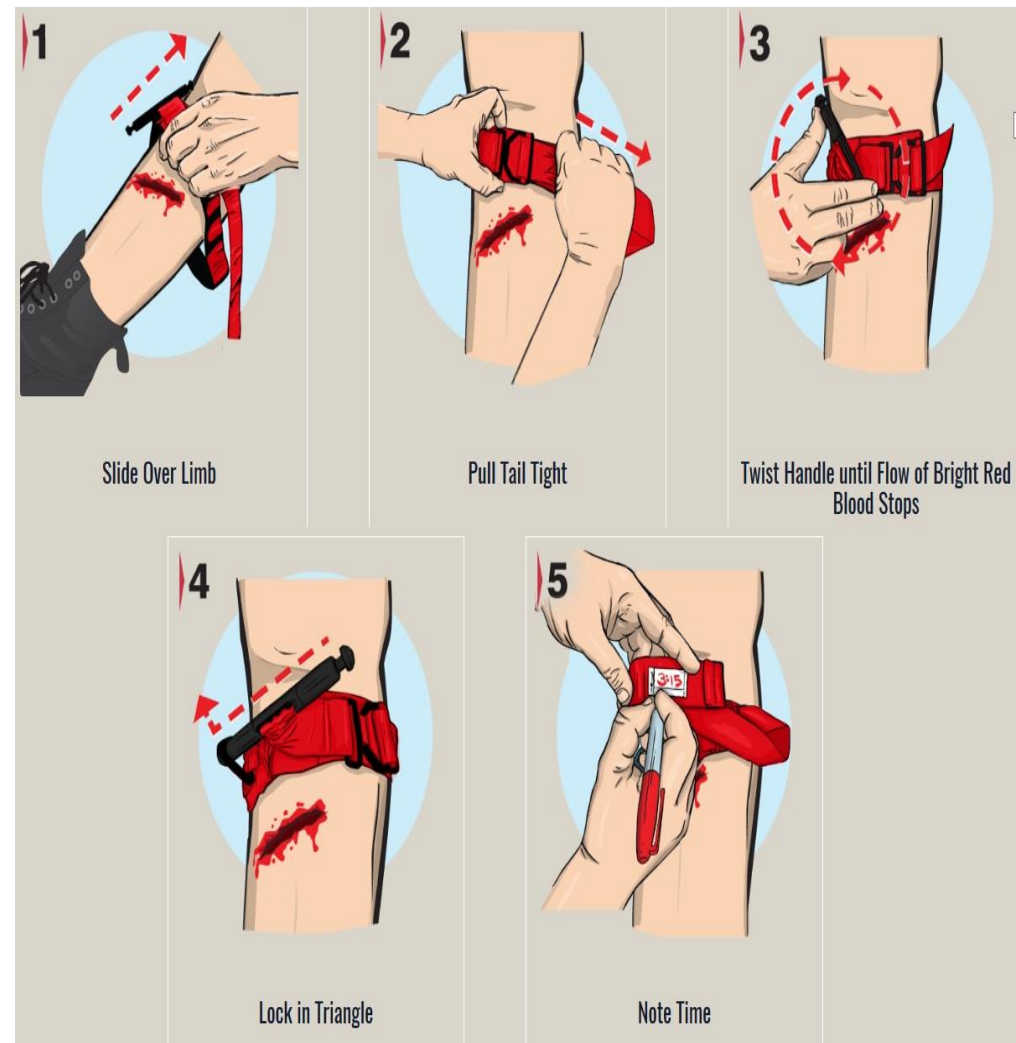
- αν η αιμορραγία αφορά αρτηρία σίγουρα το τραύμα έχει μεγάλο βάθος και ο έλεγχος της αιμορραγίας είναι πιο δύσκολος
- το αίμα των αρτηριών κατευθύνεται από την καρδιά προς όλα τα κύτταρα του οργανισμού οπότε πιέσουμε αρκετά σε σημείο κεντρικότερα από το τραύμα με ένα επίδεσμο και μειώσουμε την παροχή αίματος στο τραύμα
- σε αιμορραγία αρτηρίας η έμμεση πίεση ασκείται πάνω από το τραύμα
- στην ίσχαιμη περίδεση θα πρέπει να ελέγχουμε συχνά την αιμάτωση του άκρου και όταν σταματήσει η αιμορραγία να χαλαρώσουμε την πίεση

## Αιμορραγία

### Αντιμετώπιση εξωτερικής αιμορραγίας:

#### Ίσχαιμη περίδεση – έμμεση πίεση (tourniquet)

- για να καταφέρουμε να φτάσει η άσκηση πίεσης σε μία αρτηρία, πρέπει η πίεση που θα ασκήσουμε με τον επίδεσμο να είναι αρκετά μεγάλη
- αν η αιμορραγία οφείλεται σε τρώση μεγάλης φλέβας, η πορεία του αίματος είναι από την περιφέρεια προς την καρδιά και η πίεση από την περίδεση πρέπει να ασκηθεί πριν από το τραύμα
- στις φλεβικές αιμορραγίες, η πίεση περιμετρικά του τραύματος αποδεικνύεται αποτελεσματική και δεν χρειάζεται έμμεση περίδεση



## Επιληψία

**Ορισμός επιληψία:** είναι μια πάθηση του εγκεφάλου που χαρακτηρίζεται από κρίσεις κινητικών, αισθητικών, ψυχικών και άλλων εκδηλώσεων (πάθηση)

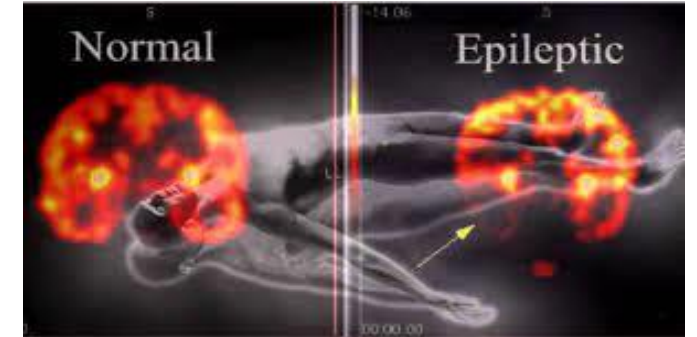
**Εκδήλωση:** επιληπτικές κρίσεις (επαναλαμβανόμενα επεισόδια)

**Ορισμός επιληπτικής κρίσης:** είναι επεισόδια ανώμαλης ηλεκτρικής δραστηριότητας σε κάποιο σημείο του εγκεφάλου (σύμπτωμα)

Χαρακτηρίζεται από χρόνιες, υποτροπιάζουσες, παροξυσμικές μεταβολές της νευρικής λειτουργίας

Οι μεταβολές αυτές προκαλούνται από ανωμαλίες της ηλεκτρικής δραστηριότητας του εγκεφάλου

❖ Μεμονωμένες, μη υποτροπιάζουσες επιληπτικές κρίσεις μπορεί να παρατηρηθούν και σε υγιή άτομα, χωρίς να σημαίνει ότι πάσχουν από επιληψία



# Επιληψία

## Αίτια:

- ιδιοπαθής επιληψία
- αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο
- κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις (μετατραυματική επιληψία)
- νεοπλασίες εγκεφάλου ή των περιβλημάτων
- τοξικά και μεταβολικά αίτια (αλκοολισμός, ηλεκτρολυτικές διαταραχές, εκλαμψία, διακοπή φαρμάκου)
- φλεγμονές ΚΝΣ (εγκεφαλίτιδα, απόστημα)
- συγγενείς διαμαρτίες ΚΝΣ (αγγειώματα, αρτηριοφλεβώδεις δυσπλασίες)
- περιγεννητικές κακώσεις και περιγεννητική υποξία

## Επιληψία

### Προδιαθεσικοί Παράγοντες:

- υψηλός πυρετός
- υπέρπνοια
- ορισμένα φάρμακα και το αλκοόλ
- έντονη σωματική άσκηση
- έντονη σωματική κόπωση
- ύπνος ή στέρηση του ύπνου για αρκετές ώρες
- έμμηνος ρύση
- εφηβεία
- διάφορα ερεθίσματα (φωτεινά, ακουστικά)

## Επιληψία

### Είδη:

**Εστιακές Κρίσεις:** οφείλονται σε εντοπισμένη (εστιακή) νευρωνική εκφόρτιση ετερόπλευρα (ένα ημισφαίριο)

Διακρίνονται:

- εστιακές κρίσεις με στοιχειώδη συμπτωματολογία, δεν εμφανίζουν διαταραχή της συνείδησης
- εστιακές κρίσεις με σύμπλοκη συμπτωματολογία, που συνοδεύονται από διαταραχή της συνείδησης

**Γενικευμένες κρίσεις:** οφείλονται σε ταυτόχρονη αμφοτερόπλευρη εκφόρτιση νευρώνων και χαρακτηρίζονται από απώλεια συνείδησης, αμφοτερόπλευρες κινητικές εκδηλώσεις και νευροφυτικές διαταραχές

Οι πιο συχνές από τις γενικευμένες κρίσεις είναι:

- τονικοκλονικές κρίσεις (κρίσεις grand mal)
- αφαιρέσεις (κρίσεις petit mal)

## Επιληψία

### Κλινική Εικόνα:

Τονικοκλονικές Κρίσεις: εκδηλώνονται ξαφνικά, χωρίς προειδοποιητικά συμπτώματα, την ύπαρξη, «αύρας»

- απώλεια συνείδησης και πτώση στο έδαφος (συχνά τραυματισμός μη έλεγχος του σώματος)
- γενικευμένη υπερτονία με τα άνω άκρα σε κάμψη και τα κάτω άκρα σε έκταση

Η **τονική** αυτή φάση διαρκεί έως και περίπου πενήντα δευτερόλεπτα

Ακολουθεί η **κλονική** φάση που διαρκεί περίπου ένα λεπτό

- κλονικές συσπάσεις των μυών, εξαιτίας ρυθμικών εναλλαγών υπερτονίας και χάλασης των μυών
- σπασμός των μασητήρων μυών - δάγκωμα της γλώσσας - μικρή ποσότητα αίματος στο στόμα
- αναπνοή με ρόγχο λόγω σύσπασης των αναπνευστικών μυών
- κυάνωση εξαιτίας της έντονης σύσπασης των αναπνευστικών μυών
- στροφή των βολβών του ματιού προς τα πάνω
- ταχυκαρδία - αύξηση ΑΠ,
- μύση της κόρης του οφθαλμού
- έξοδο αφρώδους σιέλου από το στόμα
- ακράτεια ούρων ή και κοπράνων



Έπεται η **παραλυτική** φάση που διαρκεί και αυτή περίπου ένα λεπτό - η φάση της χαλάρωσης των μυών

Φάση **ανάκτησης** των αισθήσεων - δυσκολία στον προσανατολισμό, σύγχυση, πονοκέφαλο, υπνηλία

Μετά το τέλος της επιληπτικής κρίσης, επανακτά σταδιακά τις αισθήσεις του/της σε διαφορετικό χρόνο με καμία ανάμνηση από το γεγονός

## Επιληψία

### Κλινική Εικόνα:

**Σωματοκινητικές Κρίσεις:** εμφανίζουν τονική σύσπαση και κλονικές συσπάσεις που αφορούν στο άνω άκρο, στο πρόσωπο ή στο κάτω άκρο και συνήθως, επεκτείνεται προοδευτικά σε ολόκληρο το σύστοιχο ημιμόριο. Συχνά μπορεί να μεταπέσει σε γενικευμένη κρίση τύπου grand mal.

**Σωματοαισθητικές κρίσεις:** εκδηλώνονται με αίσθημα αιμωδίας ή κνησμού στο ένα άκρο ή στο πρόσωπο με πιθανότητα επέκτασης σε ολόκληρο το ημιμόριο του σώματος ή εξέλιξης σε γενικευμένη επιληπτική κρίση.

**Status Epilepticus:** όταν εμφανίζονται αλληπάλληλες κρίσεις σε συχνά χρονικά διαστήματα, το θύμα δεν ανανήπτει μετά από κάθε κρίση, ή η κρίση διαρκεί > δέκα λεπτά.

Πρόκειται για σοβαρή επείγουσα και απειλητική κατάσταση με υψηλή θνητότητα.

Κάθε επιληπτική κρίση μπορεί να εξελιχθεί σε Status Epilepticus.

Η χρονική παράταση των κρίσεων οδηγεί σε έντονες διαταραχές της αναπνοής και του αυτόνομου νευρικού συστήματος, υπερπυρεξία, οξέωση και μη αναστρέψιμες βλάβες του νευρικού συστήματος.

## Επιληψία

### Αποφυγή:

- δε βάζουμε τίποτα μέσα στο στόμα
- δε συγκρατούμε κατά τις κινήσεις
- δεν κάνουμε εμφυσήσεις διάσωσης
- δεν μετακινούμε αν δεν είναι σε επικίνδυνο σημείο
- .....δε χάνουμε την ψυχραιμία μας



## Επιληψία

### Αντιμετώπιση:

- έλεγχος για σφυγμό και αναπνοή
- τοποθέτηση σε θέση ανάνηψης, για να μην υπάρξει εισρόφηση
- τοποθέτηση ενός μαξιλαριού κάτω από το κεφάλι, ώστε να μην υπάρξει τραυματισμός του κεφαλιού από την επαναλαμβανόμενη πρόσκρουση στο έδαφος εξαιτίας των σπασμών
- μετακίνηση διαφόρων αντικειμένων μακριά από το θύμα, για να μην τραυματιστούν τα άκρα του
- στο μεσοδιάστημα των κρίσεων, και όχι κατά τη διάρκεια, τοποθέτηση με προσοχή και χωρίς απότομες κινήσεις ενός κομματιού υφάσματος τυλιγμένου σε μικρό ρολό ανάμεσα στα δόντια του θύματος, ώστε να μην τραυματιστεί η γλώσσα και να μην καταστραφούν τα δόντια από τους σπασμούς



## Επιληψία

### Αντιμετώπιση:

- αποφυγή παρεμπόδισης των σπασμών και προσπάθεια περιορισμού ελαφρά των συσπάσεων των άκρων, ώστε να αποφευχθεί τραυματισμός και αναμονή λήξης της κρίσης
- μετά το τέλος της κρίσης, έλεγχος για σφυγμό και αναπνοή και τραυματισμό στο σώμα
- φροντίδα για τη μεταφορά στο νοσοκομείο καλώντας το ΕΚΑΒ και ακριβή περιγραφή του περιστατικού
- πιθανότητα επανάληψης της κρίσης σε σύντομο χρονικό διάστημα
- όταν συνέλθει το θύμα αποφυγή λήψης τροφής ή νερού



## Κρίσεις πανικού

**Ορισμός:** ένα ξαφνικό επεισόδιο έντονου φόβου που πυροδοτεί ισχυρές νευροφυσιολογικές αντιδράσεις

- δεν υπάρχει πραγματικός κίνδυνος ή προφανής αιτία
- τυπικά ξεκινούν αιφνίδια, χωρίς προειδοποίηση
- μπορεί να συμβούν σε οποιοδήποτε χρόνο, (οδήγηση, ψώνια, ύπνο, εργασία)
- μπορεί να εμφανίζονται περιστασιακά ή να συμβαίνουν πιο συχνά
- έχουν πολλές παραλλαγές αλλά τα συμπτώματα συνήθως κορυφώνονται μέσα σε λίγα λεπτά και μετά το άτομο συνήθως νιώθει εξουθενωμένο
- μπορεί να είναι πολύ τρομακτικές και έντονος φόβος ότι θα προκληθεί ξανά

## Κρίσεις άγχους

**Ορισμός:** η αντίδραση σε μια αντιληπτή απειλή, ένα σύνηθες συναίσθημα όταν βρισκόμαστε κάτω από υψηλή πίεση νιώθοντας καταβεβλημένοι και ανίκανοι να ανταπεξέλθουμε

- υπολογίζεται ότι μέχρι 4% του πληθυσμού υποφέρει από σοβαρές και συχνές κρίσεις
- στις γυναίκες είναι 2-3 φορές συχνότερες σε σύγκριση με τους άνδρες

## Κρίσεις πανικού

είναι πιο έντονες και έχουν διαφορετική ένταση και διάρκεια

**Συμπτώματα:** έρχονται ξαφνικά, χωρίς προφανή αιτία, δεν υπάρχει κάποιος πραγματικός κίνδυνος, κορυφώνονται εντός 10 λεπτών, σταδιακά υποχωρούν αλλά αίσθημα άγχους και ανησυχία για το υπόλοιπο της ημέρας και αίσθημα

- ότι μπορεί να τρελαθούν, να χάσουν τον έλεγχο του μυαλού ή του εαυτού τους, να πάθουν εγκεφαλικό
- ένα ξαφνικό φόβο ότι θα πεθάνουν (πχ έμφραγμα)
- αποκομμένοι από τον εαυτό τους (αποστασιοποιημένοι)

## Κρίσεις άγχους

είναι λιγότερο έντονες

**Συμπτώματα:** εμφανίζονται μετά από ένα διάστημα υπερβολικής ανησυχίας, μπορεί να γίνουν έντονα μέσα σε λίγα λεπτά ή ώρες. Τα συμπτώματα του άγχους συνήθως διαρκούν περισσότερο από τα συμπτώματα της κρίσης πανικού. Ίσως επιμένουν για μέρες, εβδομάδες ή μήνες

## Κρίσεις πανικού

### Συμπτώματα:

- ταχυκαρδία
- πόνος στο στήθος, δύσπνοια
- αίσθηση πνιγμού, δυσκολία στην αναπνοή
- ίλιγγος, ζάλη, ναυτία
- εξάψεις ή ρίγος
- μούδιασμα στο κεφάλι ή στα άκρα, μυρμήγκιασμα
- τρέμουλο
- ταχύπνοια, μικρές αναπνοές
- πόνος στο στομάχι, κοιλιακές κράμπες
- εφίδρωση
- αίσθημα επικείμενης καταστροφής ή κινδύνου
- αίσθημα αποπραγματοποίησης
- φόβος απώλειας ελέγχου ή θανάτου

## Κρίσεις άγχους

### Συμπτώματα:

- ταχυκαρδία
- πόνος στο στήθος
- αίσθηση πνιγμού, δύσπνοια
- ζάλη, ξηρό στόμα
- αίσθημα παλμών στο στομάχι
- κόπωση
- φόβος
- ευερεθιστότητα
- πιο εύκολος τρόμος
- απώλεια συγκέντρωσης
- μυϊκός πόνος
- μούδιασμα στο κεφάλι ή στα άκρα, μυρμήγκιασμα
- ανησυχία
- ταχύπνοια
- διαταραχές στον ύπνο
- ταραχή και αγωνία

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

- Οι κρίσεις πανικού συνήθως συμβαίνουν **ξαφνικά**, χωρίς να έχει προηγηθεί απαραίτητα κάποια αφορμή. Οι κρίσεις άγχους εμφανίζονται μετά από κάποιο επίμονο στρεσογόνο παράγοντα ή φόβο
- Οι κρίσεις πανικού έχουν το χαρακτηριστικό του επικείμενου **θανάτου** ή τρέλας
- Τα συμπτώματα των κρίσεων πανικού είναι **έντονα** και προκαλούν αναστάτωση. Τα συμπτώματα των κρίσεων άγχους ποικίλουν σε ένταση από ήπια σε σοβαρά
- Οι κρίσεις πανικού κορυφώνονται **γρήγορα**, ενώ τα συμπτώματα του άγχους γίνονται σταδιακά πιο έντονα με τις ώρες ή τις ημέρες
- Οι κρίσεις πανικού διαρκούν **λιγότερο** υποχωρούν μέσα σε λίγα λεπτά (10-20 λεπτά), ενώ τα συμπτώματα της κρίσης άγχους μπορεί να κρατήσουν για πολύ περισσότερο
- Μία κρίση πανικού μπορεί να εμφανιστεί ακόμα και κατά τη διάρκεια του **ύπνου** (νυχτερινή κρίση πανικού)

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

|                   | Πανικός | Άγχος          |
|-------------------|---------|----------------|
| <b>Συμπτώματα</b> | Έντονα  | Ήπια           |
| <b>Διάρκεια</b>   | Μικρή   | Μικρή – μεγάλη |
| <b>Έναρξη</b>     | Ξαφνική | Σταδιακή       |
| <b>Διαταραχή</b>  | Ναι     | ίσως           |

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

### Αίτια:

- κάποιο τραυματικό γεγονός, παρελθοντικό ή πιο πρόσφατο (πχ ατύχημα, τροχαίο, θάνατος/απώλεια αγαπημένου προσώπου, τραύματα παιδικής ηλικίας)
- άγχος, στρες στη δουλειά
- προβλήματα σε προσωπικό επίπεδο, σχέσεων, οικογενειακών
- Κοινωνικό άγχος
- Καφεΐνη
- αλκοόλ ή ναρκωτικά (ιδίως χασίς/κάνναβη)
- χρόνιες καταστάσεις ή χρόνιος πόνος (πχ ινομυαλγία)
- διάφορα φάρμακα ή συμπληρώματα διατροφής (που μπορεί να περιέχουν διεγερτικές ουσίες)
- φοβίες

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

### Παράγοντες κινδύνου:

- αγχώδης προσωπικότητα
- άλλα θέματα ψυχικής υγείας, όπως κατάθλιψη, διπολική διαταραχή ή κάποια άλλη αγχώδη διαταραχή
- οικογενειακό ιστορικό άγχους ή κρίσεων πανικού
- χρόνια πρόβλημα υγείας όπως ο θυρεοειδής, ο διαβήτης ή καρδιακή νόσος
- θέματα με το αλκοόλ ή εξάρτηση από ουσίες
- κάπνισμα ή αυξημένη πρόσληψη καφεΐνης
- άγχος στην προσωπική και επαγγελματική ζωή
- ισχυρό οικογενειακό στρες, όπως θάνατος ή σοβαρή ασθένεια αγαπημένου προσώπου, απόκτηση παιδιού, διαζύγιο, χωρισμός, απόλυση
- έχουν βιώσει ένα σημαντικό τραύμα στο παρελθόν
- ένα τραυματικό γεγονός, όπως σεξουαλική επίθεση ή σοβαρό ατύχημα ή παιδική κακοποίηση

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

### Διάγνωση:

- πολλές ειδικότητες
- καρδιολογικές εξετάσεις
- αιματολογικές εξετάσεις
- ψυχιατρική εκτίμηση

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

### Στρατηγικές:

- αναγνώριση της κατάστασης: αναγνωρίζουμε τα γνωστά συμπτώματα και διαβεβαιώνουμε τον εαυτό μας ότι σύντομα θα περάσουν
- αναπνοή αργή και βαθιά: επικεντρωνόμαστε στην αναπνοή, μέχρι τα συμπτώματα να υποχωρήσουν
- δοκιμή τεχνικών χαλάρωσης: ένα άτομο μπορεί να μάθει αυτές τις τεχνικές ώστε να μειώνει τα αισθήματα πανικού και άγχους
- πρακτικές ενσυνειδητότητας (mindfulness): η ενσυνειδητότητα βοηθά τους ανθρώπους να μένουν συγκεντρωμένοι στο παρόν και είναι ιδιαίτερα ωφέλιμη για όσους ανησυχούν για το μέλλον

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

### Πρόληψη εκδήλωσης κρίσης πανικού:

- λήψη έγκαιρης θεραπείας για τις κρίσεις πανικού ώστε να προλαμβάνεται η επιδείνωση και μειώνεται η συχνότητα εμφάνισης
- προσήλωση στο θεραπευτικό πλάνο ώστε να μειωθούν οι υποτροπές και η επιδείνωση των συμπτωμάτων
- αύξηση της φυσικής δραστηριότητας καθώς η σωματική άσκηση έχει προστατευτική δράση απέναντι στο στρες και την ανησυχία

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

### Τρόποι αντιμετώπισης:

- υιοθέτηση θετικής στάσης ζωής
- διαχείριση ή μείωση του άγχους
- ανακάλυψη αιτιών
- περιορισμός του αλκοόλ και της καφεΐνης
- υγιεινή διατροφή
- επαρκείς ώρες ύπνου το βράδυ (8 ώρες)
- καθημερινή σωματική άσκηση
- διάλειμμα κάθε μέρα για διασκεδαστικές δραστηριότητες
- εξάσκηση στο διαλογισμό, τη yoga, τις βαθιές αναπνοές
- δημιουργία ενός δικτύου υποστήριξης

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

### Θεραπεία:

- χορήγηση φαρμακευτικής αγωγής (αναστολείς επαναπρόσληψης σεροτονίνης-νορεπινεφρίνης-SNRIs, αντιεπιληπτικά φάρμακα, βενζοδιαζεπίνες, αντικαταθλιπτικά, β-αναστολείς για τη μείωση του καρδιακού ρυθμού και της αρτηριακής πίεσης)
- γνωστικοσυμπεριφορική θεραπεία για την αλλαγή των δυσλειτουργικών πεποιθήσεων και την πρόληψη της υποτροπής ή
- γ) στο συνδυασμό των δύο μεθόδων θεραπείας

Επιπρόσθετα, για τη μείωση των συμπτωμάτων:

- τήρηση μιας υγιεινής ρουτίνας στην καθημερινότητα
- συστηματική άσκηση, σε καθημερινή βάση
- αρκετός ύπνος
- αποφυγή κατανάλωσης ουσιών που έχουν διεγερτική δράση, όπως η καφεΐνη

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

### Πρώτες Βοήθειες:

- εξασφάλιση ηρεμίας
- έλεγχος της αναπνοής
- λήψη αγωγής (αγχολυτικά ή φυτικά ηρεμιστικά)
- ενσυνειδητότητα
- προοδευτική μυϊκή χαλάρωση
- το “ασφαλές μέρος” – θετικός οραματισμός
- επανάληψη ενός “μάντρα” (φράσης)
- επίδειξη κατανόησης, θετική στάση και ενθάρρυνση

## Κρίσεις πανικού - Κρίσεις άγχους

### Πρακτικές συμβουλές:

- αποδοχή και αναγνώριση
- βαθιά αναπνοή
- εισπνοή λεβάντας
- περιορισμός ερεθισμάτων
- αναγνώριση εκλυτικών παραγόντων
- ήπια άσκηση
- τεχνικές διαλογισμού
- συγκέντρωση σε ένα αντικείμενο
- άσκηση σε τεχνικές μουικής χαλάρωσης
- σκέψη ενός ευχάριστου περιβάλλοντος
- συζήτηση με άλλους

## Εγκαύματα

**Ορισμός:** ένα είδος τραυματισμού του δέρματος και των υποκείμενων ιστών που προκαλείται από τη θερμότητα, το κρύο, τον ηλεκτρισμό, τις χημικές ουσίες, την τριβή, την υπεριώδη ακτινοβολία

### Αίτια:

- **Θερμικά** (90%): καυτά υγρά, φωτιά, επαφή με μέταλλα, πλαστικά
- **Ηλεκτρικά** (6%): ηλεκτρικό ρεύμα
- **Χημικά** (4%): όξινα, αλκαλικά διαλύματα, παράγωγα πετρελαίου

Σε ηλικίες < 3 ετών τα περισσότερα εγκαύματα οφείλονται σε βραστά υγρά ή ατμούς

Σε ηλικίες 3-14 ετών τα περισσότερα εγκαύματα οφείλονται σε ανάφλεξη των ενδυμάτων από ανοιχτή φλόγα

Σε ηλικίες 15-60 ετών η πλειονότητα των εγκαυμάτων οφείλεται σε βιομηχανικά ατυχήματα

Σε ηλικίες > 60 ετών τα εγκαύματα οφείλονται σε ατυχήματα από στιγμιαία απώλεια συνείδησης, ανάφλεξη κλινοσκεπασμάτων από κάπνισμα, πυρκαγιά στο σπίτι

## Εγκαύματα

**Βαρύτητα:** εξαρτάται από τους ακόλουθους παράγοντες

**Βάθος** - δηλαδή πόσο βαθιά έχουν επηρεαστεί οι υποκείμενοι ιστοί

**Έκταση** - δηλαδή πόση επιφάνεια καλύπτει

**Εντόπιση** - ποια επιφάνεια καλύπτει, π.χ. πρόσωπο

**Ηλικία** - διαφορετικές δυνατότητες ανάπλασης δέρματος κ.α.

**Συνυπάρχουσες παθήσεις** - αν υπάρχουν άλλα σοβαρά νοσήματα

**Συντρέχουσες κακώσεις** - αν υπήρξαν ταυτόχρονα και άλλοι τραυματισμοί

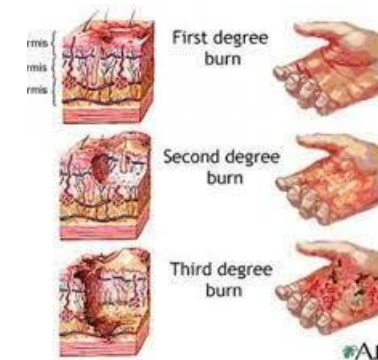
**Τύπος** - θερμικό, χημικό, ηλεκτρικό

## Εγκαύματα

**Βαρύτητα:** Βάθος

- Εγκαύματα Α' βαθμού

- αφορούν μόνο την επιδερμίδα και προκαλούνται συνήθως από έκθεση στον ήλιο ή από στιγμιαία έκθεση σε θερμότητα μεγάλης έκτασης
- η βλάβη των ιστών είναι ελάχιστη και ο πόνος είναι το κυρίως σύμπτωμα που ενοχλεί
- το δέρμα έχει κοκκινήσει, δεν έχει φυσαλίδες, αλλά μπορεί να υπάρχει μικρό οίδημα (πρήξιμο)
- ο αίσθημα του καύσου, όταν υπάρχει, και του πόνου συνήθως υποχωρούν σε 48 με 72 ώρες, εκτός των περιπτώσεων που το έγκαυμα είναι πρώτου βαθμού αλλά έχει πολύ μεγάλη έκταση
- σε 5-10 μέρες επέρχεται πλήρης αποκατάσταση και ίσως παραμείνει για λίγο ακόμη η ερυθρότητα
- τα εγκαύματα πρώτου βαθμού δεν αφήνουν ουλή

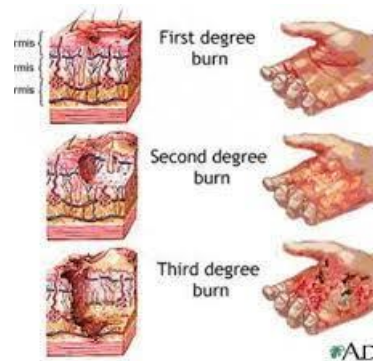


## Εγκαύματα

**Βαρύτητα:** Βάθος

- Εγκαύματα Β' βαθμού

- έχουν μεγαλύτερο βάθος από του Α' και περισσότερες βλάβες στους ιστούς
- αφορούν ολόκληρη την επιδερμίδα και το μεγαλύτερο μέρος του χορίου
- χαρακτηρίζονται από έντονη ερυθρότητα του δέρματος και φουσαλίδες γεμάτες με υγρό
- τα επιφανειακά εγκαύματα επουλώνονται συνήθως μέσα σε 10-14 ημέρες με ελάχιστη ουλοποίηση (σημάδι ουλής) - εξαιρούνται οι περιπτώσεις επιμόλυνσης, στις οποίες καθυστερεί η επούλωση
- τα βαθιά εγκαύματα εκτείνονται πολύ βαθιά μέσα στο χόριο κι η νεκρωμένη στιβάδα μοιάζει με αυτή Γ'
- υπάρχει ερυθρότητα στην περιοχή του εγκαύματος που μπορεί να αλλάξει χροιά με την πίεση
- η επούλωση γίνεται από το επιθήλιο των ιδρωτοποιών αδένων/των βολβών των τριχών που αναγεννάται
- διάρκεια επούλωσης 25-35 ημέρες και μένει ουλή
- αν υπάρξει επιμόλυνση θεωρείται έγκαυμα τρίτου βαθμού, ή ολικού πάχους

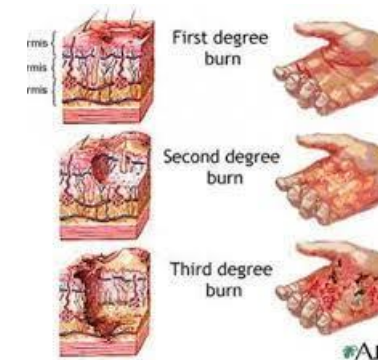


## Εγκαύματα

**Βαρύτητα:** Βάθος

- Εγκαύματα Γ' βαθμού

- είναι βαθιά εγκαύματα, μεγάλης έκτασης και χαρακτηρίζονται από σκληρή, ξερή και εσχαροποιημένη επιφάνεια χρώματος μαύρου ή καφέ σε σπάνιες περιπτώσεις κόκκινου ή λευκού
- δεν υπάρχουν φυσαλίδες γιατί έχουν εξαχνωθεί τα υγρά
- δεν υπάρχει πόνος γιατί έχουν καταστραφεί οι ελεύθερες νευρικές απολήξεις στο χόριο του δέρματος που είναι υπεύθυνες για την αίσθηση του πόνου
- αν ασκήσουμε πίεση δεν αλλάζει η χροιά του γιατί τα αγγεία έχουν θρομβωθεί και οι ιστοί καταστραφεί
- η νέκρωση διακρίνεται σε ξηρή χωρίς φλεγμονή και υγρή με φλεγμονή και οίδημα εξαιτίας επιμόλυνσης
- αποκαθίστανται με την τοποθέτηση δερματικού μοσχεύματος μετά τον καθαρισμό και την αφαίρεση των νεκρωμένων ιστών (εσχάρα)
- ο μόνος τρόπος επιθηλιοποίησης είναι από τα χείλη και με ρυθμό 0,004 χιλιοστά την εβδομάδα

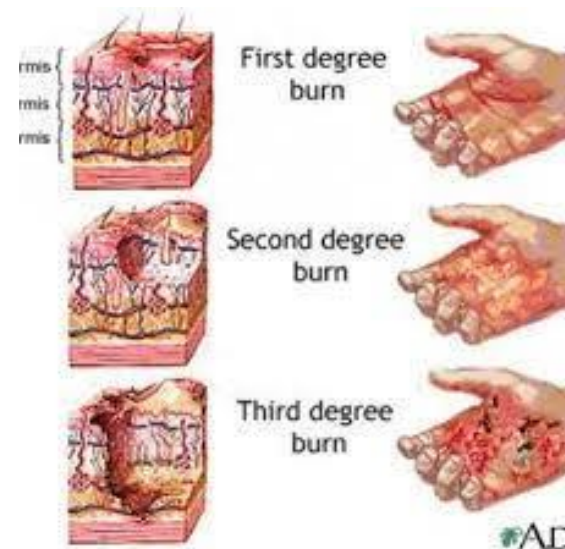


## Εγκαύματα

**Βαρύτητα:** Βάθος



**A**



**B**



**B**



**Γ**

## Εγκαύματα

### Ταξινόμηση:

#### Μικρό έγκαυμα:

Συνήθως αντιμετωπίζεται σαν εξωτερικός ασθενής και έχει τα παρακάτω χαρακτηριστικά:

Β' βαθμού <15% σε ενήλικες

Β' βαθμού <10% σε παιδιά

Γ' βαθμού <2%

**Μέτριο χωρίς επιπλοκές έγκαυμα:** Μπορεί να χρειασθεί εισαγωγή σε νοσοκομείο

Β' βαθμού 15-20% σε ενήλικες

Β' βαθμού 10-20% σε παιδιά

Γ' βαθμού 2-10%

**Εκτεταμένο βαρύ έγκαυμα:** Εισάγεται σε ειδικό κέντρο, κλινική εγκαύματος

Τα περισσότερα θερμικά εγκαύματα που αφορούν χέρια, πόδια, πρόσωπο, μάτια, αυτιά και περίνεο συνήθως = βαριά

Η πλειονότητα των εγκαυμάτων με ηλεκτρικό ρεύμα, με συνυπάρχουσες κακώσεις, με εισπνοή αερίων, τραύματα και εγχειρητικό κίνδυνο = βαριά

## Εγκαύματα

### Θερμικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- η ασφάλεια του χώρου είναι σημαντική, τόσο για το θύμα, όσο και για το άτομο που προσφέρει βοήθεια
- απομάκρυνση θύματος από αίτιο εγκαύματος
- σε περίπτωση τροχαίου ατυχήματος ή έκρηξης, θα πρέπει να θεωρηθεί ότι φέρει και άλλες κακώσεις
- αφαίρεση κοσμημάτων και ρούχων που βρίσκονται στην περιοχή του εγκαύματος πριν αναπτυχθεί οίδημα
- όχι απομάκρυνση ρούχων που έχουν κολλήσει πάνω στο έγκαυμα γιατί μπορεί να προκληθεί μεγαλύτερη βλάβη και μόλυνση

## Εγκαύματα

### Θερμικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- συχνά σε εστίες φωτιάς, τα ενδύματα παίρνουν φωτιά με αποτέλεσμα φόβο, χάσιμο ψυχραιμίας και άσκοπο τρέξιμο - η φωτιά τροφοδοτείται με περισσότερο οξυγόνο και επεκτείνεται
- καθυσύχαση εγκαυματία, κατάκλιση στο έδαφος, ώστε να μην επεκταθεί η φωτιά προς το κεφάλι
- άμεση κατάσβεση της φλόγας με περιτύλιξη σφιχτά με ένα πανωφόρι ή μια κουβέρτα, ώστε να μην υπάρχει οξυγόνο και να σταματήσει σε αντίθετη περίπτωση κύλιση του θύματος στο έδαφος
- ρίψη νερού ή άλλου υλικού που δεν είναι εύφλεκτο στα ρούχα για την πλήρη κατάσβεση της φωτιάς και την ψύξη του δέρματος ώστε να μειωθεί η αίσθηση του πόνου

## Εγκαύματα

### Θερμικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- ξέπλυμα της επιφάνειας του εγκαύματος (αν είναι μικρή) με αρκετό κρύο νερό βρύσης θερμοκρασίας 2-8° Κελσίου → βοηθάει να μειωθεί το αίσθημα του πόνου, μειώνει την θερμοκρασία στην περιοχή του εγκαύματος, εμποδίζει την ανάπτυξη οιδήματος και τη συνέχιση του εγκαύματος
- όχι πάγο ή κατάσβεση με πυροσβεστήρα πάνω σε εγκαύματα γιατί μπορεί να προκληθεί κρυστάλλωση των ιστών και επιδείνωση
- έλεγχος συνεχώς των ζωτικών σημείων, της αναπνοής και του σφυγμού, ειδικά σε περιπτώσεις εγκαύματος στο πρόσωπο γιατί μπορεί να αναπτυχθεί οίδημα των αεροφόρων οδών και ασφυξία
- έναρξη καρδιοαναπνευστικής αναζωογόνησης σε περίπτωση ανακοπής

## Εγκαύματα

### Θερμικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- κάλυψη περιοχής με αποστειρωμένη γάζα ή διάφανη μεμβράνη ή ένα κομμάτι καθαρό ύφασμα, πετσέτα ή σεντόνι – όχι χνουδωτά υφάσματα γιατί οι ίνες τους θα κολλήσουν στο έγκαυμα και θα το μολύνουν
- όχι κάλυψη εγκαυμάτων του προσώπου, ώστε να παρακολουθούμε άμεσα την εξέλιξη και να αντιληφθούμε πιθανό οίδημα στους αεραγωγούς
- αν υπάρχει σοβαρό έγκαυμα στα άκρα του σώματος, χέρια και πόδια τοποθέτηση ψηλά για να μειωθεί το έγκαυμα που θα αναπτυχθεί
- όχι κρέμες, αλοιφές ή οτιδήποτε έχει ελαιώδη σύσταση πάνω στο έγκαυμα γιατί η απομάκρυνσή τους θα είναι ιδιαίτερα επώδυνη και δεν προσφέρουν ουσιαστική βοήθεια στην επούλωση του εγκαύματος
- όχι σπάσιμο φλυκταινών, φουσκάλων καθώς περιέχουν ορό που θα απορροφηθεί σιγά σιγά καθώς δημιουργείται νέο δέρμα στην βάση τους - υπάρχει σοβαρός κίνδυνος μόλυνσης

## Εγκαύματα

### Χημικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- ο χρόνος παραμονής της χημικής ουσίας σε επαφή με το δέρμα ή τους άλλους βλεννογόνους προκαλεί μεγαλύτερης έκτασης και έντασης βλάβες - άμεση απομάκρυνση της χημικής ουσίας
- πριν την απομάκρυνση της χημικής ουσίας, λήψη απαραίτητων μέτρων προστασίας ώστε να μην εκτεθούμε οι ίδιοι και οι παραβρισκόμενοι
- αν η χημική ουσία είναι αέριο άνοιγμα θυρών και παραθύρων – χρήση ειδικής μάσκας προστασίας
- κλείσιμο της πηγής προέλευσης του αερίου αν είναι δυνατό
- μεταφορά σε ανοιχτό χώρο

## Εγκαύματα

### Χημικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- αν το αέριο προήλθε από έκρηξη και προκάλεσε μεταφορά ή πτώση του θύματος αντιμετώπιση ως θύμα με επιπλέον κακώσεις και τραυματισμούς και αποφυγή μετακίνησης
- έλεγχος αναπνοής - διάνοιξη αεραγωγού
- αν δεν αναπνέει εφαρμογή Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση
- αν αναπνέει έλεγχος για εγκαύματα ειδικά στα μάτια και τους βλεννογόνους του στόματος και της μύτης
- τοποθέτηση σε θέση ανάνηψης και τον/ην παρακολουθούμε ειδικά για την εκδήλωση οιδήματος στις αεροφόρους οδούς
- κλήση σε βοήθεια στο 166 ή το 112 εξηγώντας ότι πρόκειται για έγκαυμα από χημικό αέριο και περιγράφοντας την κατάσταση του θύματος

## Εγκαύματα

### Χημικά εγκαύματα (Εισπνευστικό) - Αντιμετώπιση

- προκαλείται από την εισπνοή φωτιάς, καπνού, σωματιδίων που προκαλούνται από καύσεις ή ερεθιστικών αέριων χημικών ουσιών
- αν προκληθεί από φωτιά ή καπνούς το θύμα έχει ανθρακοειδή πτύελα, έγκαυμα προσώπου, καμμένα μαλλιά και φρύδια, βραχνάδα φωνής και δυσκολία στην αναπνοή - σε εισπνοή ερεθιστικού χημικού αερίου δεν υπάρχουν καμμένα μαλλιά και φρύδια, ούτε ανθρακοειδή πτύελα
- το θύμα με έγκαυμα της αναπνευστικής οδού πρέπει να μεταφερθεί άμεσα και με ασφάλεια στο νοσοκομείο γιατί μπορεί να κλείσει ο αεραγωγός
- υποστήριξη της αναπνοή του με οξυγόνο
- οι βλάβες από εισπνοή χημικών ουσιών προκαλούν αναπνευστική δυσχέρεια (δύσπνοια) ακόμη και πολύ αργότερα από την εισπνοή

## Εγκαύματα

### Χημικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- αν η χημική ουσία είναι στερεής μορφής για την απομάκρυνση χρήση ειδικών γαντιών προστασίας για χημικές ουσίες – αποφυγή έκθεσης
- υπάρχουν χημικές ουσίες ισχυρά διαβρωτικές τόσο για τα υφάσματα όσο και για τα πλαστικά - για την απομάκρυνση της ουσίας από τα ρούχα και τα παπούτσια χρησιμοποιούμε ειδικό βουρτσάκι
- αποφυγή επαφής χημικής ουσίας με νερό πριν την απομάκρυνση από το δέρμα και τα ρούχα του θύματος, γιατί θα διαλυθεί και θα επεκταθεί σε μεγαλύτερη επιφάνεια
- υπάρχουν στερεές χημικές ουσίες που ενεργοποιούνται και γίνονται δραστικές μετά την ανάμιξη με νερό
- για την απομάκρυνση λεπτόκοκκων (σαν αλεύρι) χημικών ουσιών από τα ρούχα και το σώμα του θύματος χρησιμοποιείται αέρας προσέχοντας να μην πάει η χημική ουσία στο πρόσωπο ή σε άλλα άτομα

## Εγκαύματα

### Χημικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- αν η χημική ουσία είναι υγρής μορφής (αλλά και μετά την απομάκρυνση της στερεάς χημικής ουσίας) ξέπλυμα της περιοχής με άφθονο νερό για αρκετή ώρα, ώστε να απομακρυνθεί πλήρως η χημική ουσία που προκάλεσε το έγκαυμα (~20 λεπτά αποτελεσματικά).
- προσοχή το νερό που ξεπλένει να μην πέφτει πάνω σε δέρμα που δεν έχει υποστεί έγκαυμα
- τα χημικά οξέα προκαλούν έντονο πόνο και είναι επιφανειακά σε αντίθεση με τα εγκαύματα από χημικές βάσεις που δεν πονάνε αλλά εισχωρούν σε μεγάλο βάθος

## Εγκαύματα

### Χημικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- αποφυγή αφής με γυμνά χέρια του δέρματος ή των ρούχων του θύματος για να μην προκληθεί έγκαυμα
- αποφυγή τριβής της περιοχής του εγκαύματος, γιατί το τρίψιμο συντελεί στην διείσδυση της χημικής ουσίας στο δέρμα και την επιδείνωση του εγκαύματος
- αφαίρεση ρούχων που έχουν διαποτιστεί με τη χημική ουσία, γιατί μπορεί να προκαλέσει επιπλέον ζημιά
- αν η ουσία είναι ιδιαίτερα διαβρωτική και τα ρούχα έχουν κολλήσει στο δέρμα κόψιμο με καθαρό ψαλίδι γύρω - γύρω χωρίς πίεση ή τριβή στο έγκαυμα
- προσοχή μη εισπνοής των ατμών της χημικής ουσίας, ιδιαίτερα άοσμης – άνοιγμα παραθύρων ή μεταφορά σε ανοιχτό χώρο
- Σημαντική η γνώση ποια ακριβώς είναι η χημική ουσία που προκάλεσε το έγκαυμα

## Εγκαύματα

### Χημικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- μετά το ξέπλυμα με νερό για αρκετή ώρα τοποθέτηση στην περιοχή υγρών επιθεμάτων/ κομπρεσών
- μεταφορά στο νοσοκομείο αν έχουν προσβληθεί τα μάτια, αν το θύμα έχει δύσπνοια και βήχει έντονα, ή αν το έγκαυμα έχει μεγάλη έκταση

## Εγκαύματα

### Ηλεκτρικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- εξασφάλιση για την ασφάλεια, του χώρου, του διασώστη, του θύματος και των παρευρισκόμενων
- διακοπή ηλεκτρικού ρεύματος (το υψηλής τάσης ρεύμα μπορεί να μεταδοθεί για αρκετά μέτρα γύρω από το θύμα)
- ειδοποίηση ΔΕΗ να διακόψει το ρεύμα ή κατέβασμα γενικού διακόπτη του ηλεκτρικού ρεύματος
- αφαίρεση καλωδίου από την πρίζα εφόσον δεν υπάρχει βλάβη
- αν όχι, εύρεση ενός στεγνού κακού αγωγού ηλεκτρικού ρεύματος (ξύλο, πλαστικό, σκουπόξυλο, σανίδα κρεβατιού), για απομάκρυνση αγωγού ηλεκτρικού ρεύματος από το θύμα ή του θύματος από τον αγωγό
- το νερό είναι καλός αγωγός του ηλεκτρικού και χρειάζεται προσοχή, οπότε με μια σανίδα ή κάποιο άλλο μονωτικό υλικό, στεγνό κομμάτι ξύλου ή λαστιχένια επιφάνεια απομακρύνουμε το θύμα ή τράβηγμα από τα ρούχα του αν είναι στεγνά

## Εγκαύματα

### Ηλεκτρικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- διατήρηση ασφάλειας - απελευθέρωση αεραγωγού σε απώλεια αισθήσεων του θύματος
- έλεγχος αντίδρασης – έλεγχος αναπνοής – αν δεν έχει, κλήση βοήθειας - έναρξη ΚΑΡΠΑ
- αν αναπνέει κανονικά, αφαίρεση ρούχων – έλεγχος για εγκαύματα στην είσοδο και στην έξοδο του ηλεκτρικού ρεύματος και για τραύματα από την πιθανή εκτίναξη μετά την είσοδο του ηλεκτρικού ρεύματος
- περιποίηση εγκαυμάτων εισόδου και εξόδου του ρεύματος
- κάλυψη εγκαυμάτων και σκέπασμα του θύματος, ώστε να μην μειωθεί και άλλο η θερμοκρασία του
- σε ηλεκτροπληξία ή κεραυνοπληξία μεταφορά με ασφάλεια στο νοσοκομείο

## Εγκαύματα

### Ηλεκτρικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- αν πρόκειται για απλή ηλεκτροπληξία μικρής τάσης παρότρυνση θύματος να ηρεμήσει και να ξεκουραστεί
- ανύψωση των ποδιών και αναμονή ΕΚΑΒ
- αν το θύμα έχει φυσιολογικά ζωτικά σημεία, αλλά δεν έχει τις αισθήσεις του, τοποθέτηση σε θέση ανάνηψης και παρακολούθηση
- έλεγχος κάθε δύο λεπτά για αλλαγή στα ζωτικά σημεία του θύματος
- προσοχή σε περιπτώσεις εισπνευστικού εγκαύματος και οιδήματος στον λάρυγγα

## Εγκαύματα

### Ηλεκτρικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- αν πρόκειται για ηλεκτροπληξία από ρεύμα υψηλής τάσης εξαιτίας βλάβης σε ρεύμα βιομηχανικής ζώνης ή κομμένα καλώδια της ΔΕΗ δεν πλησιάζουμε το θύμα
- άμεση διακοπή ρεύματος από ΔΕΗ
- κλήση ΕΚΑΒ
- τα εγκαύματα σαν να είναι βαριά εγκαύματα Γ' βαθμού
- όχι κρύο νερό σε εγκαύματα ηλεκτροπληξίας >5cm - η μεγάλη διαφορά θερμοκρασίας μπορεί να επιδεινώσει την κατάσταση του θύματος

## Εγκαύματα

### Ηλεκτρικά εγκαύματα - Αντιμετώπιση

- αν υπάρξει διαρροή ρεύματος από καλώδιο της ΔΕΗ πάνω σε αυτοκίνητο, ο οδηγός να παραμείνει μέσα στο αυτοκίνητο και κλήση στη ΔΕΗ να διακόψει το ρεύμα
- ο οδηγός δε βγαίνει από το αυτοκίνητο αν δε διακοπεί το ρεύμα και δεν αγγίζει τις μεταλλικές επιφάνειες του αυτοκινήτου αλλά μαζεύει τα πόδια πάνω στο κάθισμα του οδηγού
- βγαίνει μόνο σε περίπτωση που το αυτοκίνητο πάρει φωτιά – πηδάει έξω από το αυτοκίνητο χωρίς να αγγίξει το αυτοκίνητο ή το καλώδιο

# ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ