

# ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΠΟΥ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ ΘΕΡΜΟΤΗΤΑ



Διαχείριση ασθενειών που προκαλούνται από θερμότητα

## Σημάδια και συμπτώματα

- έξαψη, εξάντληση, αδυναμία και κόπωση
- επίμονος πονοκέφαλος
- αίσθημα δίψας και ναυτία
- ίλιγγος και τάση λιποθυμίας
- γρήγορη αναπνοή και δύσπνοια
- χλωμό, ψυχρό και υγρό δέρμα
- γρήγορος, αδύναμος παλμός
- θερμοκρασία σώματος 40 βαθμοί Κελσίου και άνω
- ερυθρό και ξηρό δέρμα
- ευερεθιστότητα και διανοητική σύγχυση, που μπορεί να εξελιχθεί σε επιληπτική κρίση και απώλεια των αισθήσεων

## ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Η θερμοπληξία είναι δυνητικά απειλητική για τη ζωή. Οι πρώτες βοήθειες πρέπει να δράσουν επειγόντως.

## Διαχείριση

### Θερμική εξάντληση

1. Μετακινήστε τον ασθενή για να ξαπλώσει σε ένα δροσερό μέρος με κυκλοφορία αέρα.
2. Χαλαρώστε τα σφιχτά ρούχα και αφαιρέστε μη απαραίτητα αξεσουάρ ενδυμασίας.
3. Σφουγγίστε με δροσερό νερό.
4. Εάν ο ασθενής έχει τις αισθήσεις του δώστε του να πιεί υγρά.
5. Αναζητήστε ιατρική βοήθεια εάν ο ασθενής κάνει έμετο ή δεν συνέρχεται γρήγορα.

### Θερμοπληξία

1. Ακολουθήστε το σχέδιο δράσης DRSABCD
2. Εφαρμόστε παγοκύστες ή πάγο σε περιτύλιγμα στον τράχηλο, στους βουβώνες και στις μασχάλες.
3. Καλύψτε με υγρό σεντόνι.
4. Διασφαλίστε ότι έχει κληθεί ασθενοφόρο: τρία μηδενικά (000)
5. Δώστε νερό εφόσον ο ασθενής έχει πλήρως τις αισθήσεις του και μπορεί να καταπιεί.
6. Αναζητήστε ιατρική βοήθεια εάν το άτομο έχει επιληπτική κρίση ή χάσει τις αισθήσεις του.

Σε επείγουσα ανάγκη καλέστε τα τρία μηδενικά (000) για ασθενοφόρο.

**Μάθετε Πρώτες Βοήθειες. Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα  
[www.stjohn.org.au](http://www.stjohn.org.au) ή καλέστε 1300 360 455.**

© St John Ambulance Australia. Αυτή η πληροφορία δεν μπορεί να αντιγραφεί ή να αναπαραχθεί χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη. Η πληροφορία αυτή δεν αποτελεί υποκατάστατο για την παροχή πρώτων βοηθειών. St John συνιστά ότι ο καθένας πρέπει να εκπαιδευτεί στην παροχή πρώτων βοηθειών.