

Τμήμα Α3

# ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ-ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ



# ΠΡΟΛΗΨΗ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ

ΣΕ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ



# ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑΤΑ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ ΚΑΙ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

- ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ
- ΠΝΙΓΜΟΣ
- ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΙΣ
- ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ - ΡΙΝΟΡΡΑΓΙΑ

# ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ

Τα περισσότερα εγκαύματα προκαλούνται από την επαφή με ζεστές επιφάνειες ή ζεστά υγρά.



- Μην αφήνετε εκτεθειμένους αναπτήρες και σπέρτα στο σπίτι. Τα παιδιά πιθανόν να παίξουν με αυτά και να προκαλέσουν πυρκαγιά.
- Μην τοποθετείτε δοχεία με ζεστά υγρά στην άκρη του τραπεζιού. Μπορεί τα παιδιά να απλώσουν το χέρι τους ή να τραβήξουν το τραπεζομάντιλο και να τα χύσουν πάνω τους.
- Μην τοποθετείτε τα μπρίκια ή τις κατσαρόλες στην γκαζιέρα με το χερούλι να εξέχει προς τα έξω. Υπάρχει πάντα ο κίνδυνος να τα τραβήξουν και να πάθουν σοβαρά εγκαύματα.
- Όταν σιδερώνετε, μην αφήνετε το σίδερο εκτεθειμένο. Μπορεί το παιδί σας να το ακουμπήσει.
- Τοποθετείστε προστατευτικό πλέγμα, όταν το τζάκι σας είναι αναμμένο.

# ΠΝΙΓΜΟΣ

Κουμπιά, κέρματα, καπάκια από μπουκάλια είναι μερικά από τα αντικείμενα που μπορεί να πνίξουν κάποιο παιδί.

Για να αποφύγουμε τα χειρότερα πρέπει να :

- Φυλάμε τα μικρά αντικείμενα μακριά από τα παιδιά
- Μην δίνουμε στα παιδιά ξηρούς καρπούς
- Μην αφήνουμε τα παιδιά μόνα τους όσο τρώνε
- Επιλέγουμε παιχνίδια κατάλληλα για την ηλικία κάθε παιδιού



# ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΙΣ

από τρόφιμα



- Όταν ψωνίζουμε στο σούπερ μάρκετ, πρέπει να βάζουμε στο καλάθι μας πρώτα τα προϊόντα που δεν αλλοιώνονται (καλλυντικά, κονσέρβες, ζυμαρικά κλπ.) και στο τέλος τα ευπαθή όπως γάλα, κρέατα, κατεψυγμένα κλπ.
- Ο έλεγχος της ημερομηνίας παραγωγής και λήξεως είναι πολύ σημαντικός. Ακόμη αν έχουμε οποιαδήποτε αμφιβολία για το προϊόν λόγω εμφάνισης ή οσμής μπορούμε να το αποφύγουμε.
- Ο καλύτερος τρόπος για να προλάβετε τυχόν δηλητηριάσεις είναι να κλειδώνετε όλες τις τοξικές ουσίες σε ένα μέρος στο οποίο τα παιδιά δεν έχουν πρόσβαση, ενώ η προσοχή σας θα πρέπει να εντείνεται περισσότερο όταν βρίσκεστε σε χώρους που δεν είναι ασφαλείς για τα παιδιά. Να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί όταν επισκέπτεστε ένα άλλο σπίτι, ή τα σπίτια των δικών σας γονιών, όπου μπορεί να μην έχουν ληφθεί τα απαραίτητα μέτρα για την ασφάλεια των παιδιών.



# ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΙΣ

## από απορρυπαντικά

Το μεγαλύτερο ποσοστό όλων των δηλητηριάσεων συμβαίνουν στο σπίτι. Πολλά από τα προϊόντα καθημερινής χρήσης του σπιτιού, όπως είναι τα καθαριστικά, το οινόπνευμα, τα εντομοκτόνα και τα φάρμακα μπορεί να δηλητηριάσουν τα παιδιά .

- Τα μικρά παιδιά δηλητηριάζονται συνήθως από αντικείμενα που βρίσκονται μέσα στο σπίτι, όπως: φάρμακα, προϊόντα καθαρισμού κ.α.
- Για την ασφάλεια του παιδιού σας :
  - Τοποθετήστε τα επικίνδυνα αντικείμενα κλειδωμένα κάπου που δεν μπορούν να τα φτάσουν τα παιδιά.
- Χρησιμοποιείτε σύρτες ασφαλείας σε συρτάρια και ντουλάπια που περιέχουν αντικείμενα που μπορεί να είναι επικίνδυνα για τα παιδιά.
- Σημειώστε το τηλέφωνο του κέντρου δηλητηριάσεων και άλλα τηλέφωνα έκτακτης ανάγκης δίπλα σε κάθε τηλεφωνική συσκευή του σπιτιού σας

Επίσης

- Ο καλύτερος τρόπος για να προλάβετε τυχόν δηλητηριάσεις είναι να κλειδώνετε όλες τις τοξικές ουσίες σε ένα μέρος στο οποίο τα παιδιά δεν έχουν πρόσβαση. Να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί όταν επισκέπτεστε ένα άλλο σπίτι, όπου μπορεί να μην έχουν ληφθεί τα απαραίτητα μέτρα για την ασφάλεια των παιδιών.

# ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ - ΡΙΝΟΡΡΑΓΙΑ

*Εξωτερικοί παράγοντες από τους οποίους μπορεί να προκληθούν από :*

- Τραυματισμό από ισχυρό φύσημα ή τραύμα από ξένο σώμα
- Ξήρανση του βλεννογόνου λόγω έλλειψη υγρασίας του αέρα
- Απότομη μετάβαση από χαμηλή εξωτερική θερμοκρασία σε υψηλή
- Υψηλό πυρετό
- Απότομο χτύπημα
- Πρόβλημα του ρινικού διαφράγματος
- Λήψη αντιπηκτικών φαρμάκων





# Εργασία των μαθητριών :

➤ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ-ΝΙΚΟΛΕΤΑ ΜΠΟΝΟΥ

➤ ΜΑΡΙΑ ΜΠΟΥΖΑ

➤ ΝΕΚΤΑΡΙΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ

➤ ΡΟΣΕΛΑ ΣΑΛΙΑΪ

➤ ΕΙΡΗΝΗ ΣΙΝΗ

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

ΣΕ ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ ΧΩΡΩΝ

# ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΗ

Δηλητηρίαση είναι η διαταραχή μιας ή περισσότερων ζωτικών λειτουργιών από ουσίες φυσικές ή χημικές. Μερικές φορές αυτές οι ουσίες μπορεί να είναι απειλητικές για τη ζωή.

## Τι μπορεί να βοηθήσει:

- Δηλητηρίαση από το στόμα: Προκαλούμε εμετό με μηχανικό τρόπο (ερεθισμός με το δάκτυλο). Κάθε άλλη μέθοδος πρέπει να αποφεύγεται, ειδικά το αλατόνερο.
- Δηλητηρίαση από τους πνεύμονες: Επιβάλλεται η άμεση μεταφορά στον καθαρό αέρα.
- Δηλητηρίαση από το δέρμα: Βγάζουμε τα ρούχα και πλένουμε με άφθονο νερό για περίπου 20 λεπτά. Το άτομο που βοηθά πρέπει να φορά γάντια.
- Δηλητηρίαση στα μάτια: Με ανοιχτά τα βλέφαρα πλένουμε με άφθονο νερό τα μάτια περίπου 20 λεπτά.
- Δηλητηρίαση με ένεση: Η χρήση ναρκωτικών που γίνεται μέσω ένεσης σε υπερβολικές δόσεις προκαλεί απώλεια αισθήσεων ή σταμάτημα της αναπνοής. Το θύμα χωρίς αισθήσεις πρέπει να βρίσκεται σε θέση ανάνηψης.

# ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΗ



# ΥΠΟΘΕΡΜΙΑ - ΘΕΡΜΟΠΛΗΞΙΑ

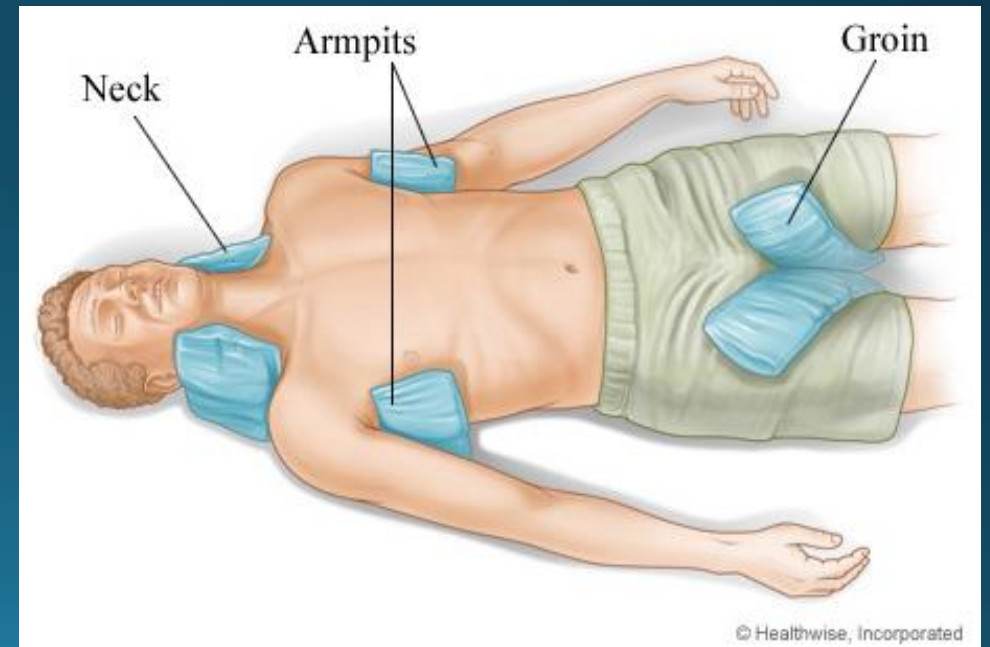
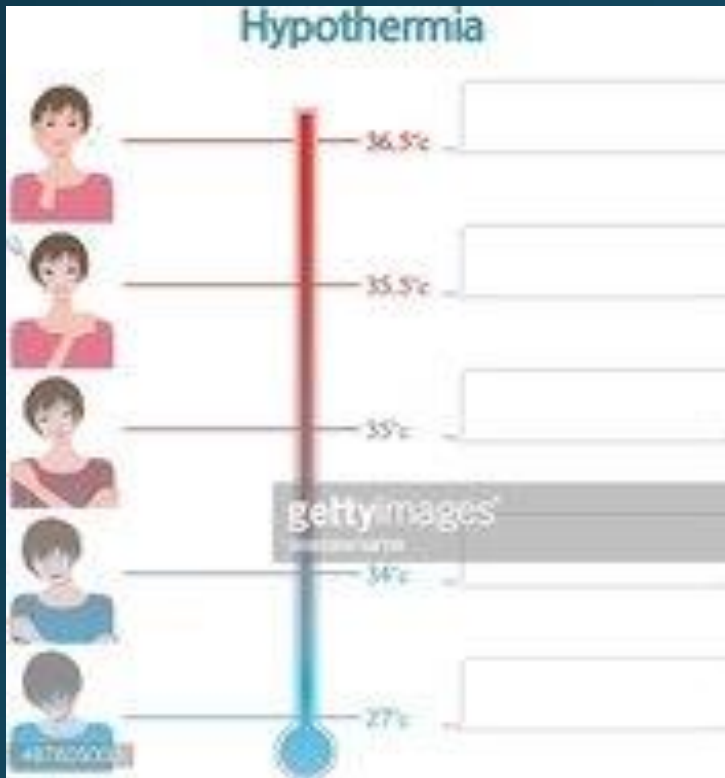
Υποθερμία είναι η πτώση της θερμοκρασίας του σώματος κάτω από 35C.

- Μετακινούμε το θύμα σε ζεστό περιβάλλον.
- Αφαιρούμε τα βρεγμένα ρούχα.
- Σκεπάζουμε το θύμα.
- Τοποθετούμε ζεστές κομπρέσες στις μασχάλες και στη μηροβουβωνική χώρα.
- Όταν δεν υπάρχουν σημεία ζωής αρχίζουμε ΚΑΡΠΑ (Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση).

Θερμοπληξία είναι η άνοδος της θερμοκρασίας του σώματος πάνω από 39C.

- Μετακινούμε το θύμα σε δροσερό μέρος.
- Το βάζουμε σε μπανιέρα με δροσερό νερό ή το βρέχουμε με νερό.
- Τοποθετούμε κρύες κομπρέσες ή παγοκύστες στο κεφάλι, μέτωπο, λαιμό, μασχάλες, βουβωνική χώρα και χρησιμοποιούμε ανεμιστήρα.
- Το βρέχουμε με νερό, του δίνουμε να πει νερό ή άλλα μη αλκοολούχα ποτά και παυσίπονα σε περίπτωση πονοκεφάλου.

# ΥΠΟΘΕΡΜΙΑ - ΘΕΡΜΟΠΛΗΞΙΑ



# ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ - ΡΙΝΟΡΡΑΓΙΑ

Αιμορραγία είναι η απώλεια αίματος από τις αρτηρίες, τις φλέβες ή τα τριχοειδή αγγεία.

- Πιέζουμε με γάζα πάνω στην περιοχή που αιμορραγεί.
- Αν υπάρχει κάποιο μικρό αντικείμενο στην πληγή ( π.χ. γυαλί) πιέζουμε για να βγει.
- Καθαρίζουμε το τραύμα με άφθονο νερό ή με φυσιολογικό ορό και, αφού το ξεπλύνουμε, χρησιμοποιούμε Betadine.

**Ρινορραγία είναι η αιμορραγία της μύτης.**

- Γέρνουμε το κεφάλι μπροστά έτσι ώστε να κοιτάει τις μύτες των ποδιών.
- Πιέζουμε τα ρουθούνια για περίπου 10 λεπτά.
- Φτύνουμε το αίμα δεν το καταπίνουμε γιατί πιθανόν να προκληθεί εμετός.

# ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ - ΡΙΝΟΡΡΑΓΙΑ





# ΛΙΠΟΘΥΜΙΑ

Η λιποθυμία είναι η ξαφνική απώλεια των αισθήσεων.

- Εάν αισθανόμαστε ότι θα λιποθυμήσουμε, ξαπλώνουμε βάζοντας τα πόδια μας ψηλά ή καθόμαστε με το κεφάλι ανάμεσα στα πόδια μας.
- Αν δούμε άτομο λιπόθυμο ελέγχουμε αν αναπνέει.
- Αν το θύμα δεν ανακτά τις αισθήσεις του, αλλά αναπνέει, το γυρίζουμε σε ασφαλή θέση και καλούμε βοήθεια.
- Αν το θύμα δεν αναπνέει αρχίζουμε ΚΑΡΠΑ.

# ΛΙΠΟΘΥΜΙΑ



# ΚΟΥΤΙ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

Χρησιμοποιείται για μικρούς τραυματισμούς ή σε καταστάσεις έκτακτης ανάγκης.

- Πρέπει να έχουμε ένα κουτί πρώτων βοηθειών στο σπίτι και στο αυτοκίνητό μας
- Είναι σημαντικό να βρίσκεται μακριά από μικρά παιδιά.
- Το ελέγχουμε και το ανανεώνουμε.
- Είναι σημαντικό να φυλάσσεται σε θερμοκρασία δωματίου.

**Ένα κουτί πρώτων βοηθειών περιλαμβάνει:**

- Γάντια απλά
- Ψαλίδι
- Ελαστικούς επιδέσμους
- Γάζες απλές ή αποστειρωμένες
- Κολλητική ταινία
- Οινόπνευμα – Betadine
- Φάρμακα – Ενέσεις (ανάλογα με τις ιδιαιτερότητες του ατόμου)

# ΚΟΥΤΙ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ



# Εργασία των μαθητριών :

- Ζωή Παναγοπούλου
- Γεωργία Μάτου
- Εύη Μιχοσταύρου
- Ανδριάννα Μπιλαλή
- Μάνθα – Μαρία Πολυδώρου

# ΤΡΟΧΑΙΑ ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ

**Τροχαίο ατύχημα** ονομάζουμε κάθε αιφνίδιο γεγονός που συμβαίνει στο οδικό δίκτυο, με τη συμμετοχή ενός ή και περισσότερων οχημάτων και μπορεί να εμπεριέχει ανθρώπινο τραυματισμό ακόμα και υλικές ζημίες.

# ΤΡΟΧΑΙΑ ΔΥΣΤΥΧΗΜΑΤΑ

Τροχαίο δυστύχημα αποκαλείται αυτό που εμπυριέχει θάνατο. Η Ελλάδα δυστυχώς έχει ένα από τα υψηλότερα ποσοστά τροχαίων ατυχημάτων μέσα στην Ευρώπη. Δυστυχώς όλοι κινδυνεύουν καθώς δεν υπάρχει κριτήριο για το ποιος μπορεί να εμπλακεί σε ένα τροχαίο ατύχημα. Ακόμα και αν κάποιος οδηγεί προσεκτικά, είναι εξαιρετικά πιθανό να αντιμετωπίσει μια ανάλογη κατάσταση.

# ΑΙΤΙΕΣ ΤΡΟΧΑΙΩΝ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ

## 1) Παραβίαση φωτεινού σηματοδότη



- Αν περάσουμε ένα κόκκινο φανάρι, θα εξοικονομήσουμε περίπου 30 δευτερόλεπτα από τη διαδρομή μας και θα βάλουμε τη ζωή μας, αλλά και τη ζωή άλλων, σε κίνδυνο.



## 2) ΕΠΙΘΕΤΙΚΗ ΟΔΗΓΗΣΗ



- Αν οδηγούμε κάνοντας «σφήνες», ή πραγματοποιούμε επικίνδυνους ελιγμούς, τότε έχουμε πάρα πολλές πιθανότητες να εμπλακούμε σε ένα ατύχημα. Η υπομονή είναι το παν και πρέπει να ξεκινάμε πάντα λίγο νωρίτερα, για να φτάνομε χωρίς άγχος στον προορισμό μας.

### 3) ΟΔΗΓΗΣΗ ΥΠΟ ΤΗΝ ΕΠΗΡΕΙΑ ΑΛΚΟΟΛ



- Είναι δεδομένο ότι δεν πρέπει να οδηγούμε όταν πίνουμε. Αν θέλουμε να πιούμε πάμε στον προορισμό μας με αυτοκίνητο που θα οδηγήσει άλλος (που δεν θα καταναλώσει αλκοόλ φυσικά) ή παίρνουμε ταξί.

## 4) ΥΠΕΡΒΟΛΙΚΗ ΤΑΧΥΤΗΤΑ

- Υπάρχουν όρια ταχύτητας ανάλογα με το που οδηγούμε. Αν τα ξεπερνάμε, είναι πάρα πολύ πιθανό και να τρακάρουμε. Είμαστε προσεκτικοί ακόμη κι αν έχουμε προτεραιότητα ή πράσινο φανάρι μπροστά μας.



## 5) ΔΙΑΣΠΑΣΗ ΠΡΟΣΟΧΗΣ



- Τα στατιστικά δείχνουν ότι τα περισσότερα ατυχήματα που καταγράφονται στους δρόμους προκαλούνται από οδηγούς που για κάποιο λόγο παίρνουν τα μάτια τους από το δρόμο και ασχολούνται με κάτι άλλο. Πρέπει να είμαστε συνεχώς σε εγρήγορση για να έχουμε σωστές αντιδράσεις σε κάθε περίπτωση.

# ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΡΟΧΑΙΩΝ ΑΤΥΧΗΜΑΤΩΝ

- 1) Απώλεια ζωής αυτού που σκοτώνεται στο αυτοκινητιστικό δυστύχημα.
- 2) Απώλεια σωματικής ακεραιότητας για τον άνθρωπο που τραυματίζεται σοβαρά σε τροχαίο ατύχημα.
- 3) Απώλεια της οικογενειακής ισορροπίας, ενώ η οικογένεια επιβαρύνεται με το υπέρογκο κόστος νοσηλείας, αλλά και φροντίδας του ατόμου αυτού.

#livenewstv

ΣΥΓΚΛΟΝΙΣΤΙΚΑ ΒΙΝΤΕΟ ΓΙΑ ΤΑ ΤΡΟΧΑΙΑ ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ  
ΠΟΥ ΚΟΒΟΥΝ ΤΗΝ ΑΝΑΣΑ

**LIVE**  
**NEWS**

# Εργασία των μαθητών

➤ Γεράσιμος Σακελλάρης

➤ Δημήτρης Σακελλάρης

➤ Θανάσης Ντζουμάνης

➤ Βασίλης Μπανιάς

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

ΓΙΑ ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ

ΣΕ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ



# ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΝΙΓΜΟΥ :

- ❖ Αρχικά βάζουμε το αυτί μας κοντά στο στόμα του ατόμου προκειμένου να ελέγξουμε εάν αναπνέει.
- ❖ Αν καταλάβετε ότι δεν αναπνέει πρέπει να του δώσετε το φιλί της ζωής σε γρήγορο χρονικό διάστημα.
- ❖ Εφόσον κάνετε δυο εμφυσήσεις ,κοιτάζτε να δείτε εάν υπάρχει σφυγμός.
- ❖ Αν αντιληφθείτε πως δεν υπάρχει σφυγμός, θα πρέπει να συνεχίσετε σε καρδιακές συμπίεσεις





# ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ ΓΙΑ ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ:

- Ρίξτε κρύο νερό στο έγκαυμα (όχι παγωμένο). Μη χρησιμοποιήσετε πάγο
- Καλύψτε το έγκαυμα με ένα καθαρό κομμάτι ύφασμα ή αποστειρωμένη γάζα
- Σταματήστε την αιμορραγία (αν υπάρχει)
- Καλέστε βοήθεια και πηγαίνετε στο νοσοκομείο, αν το έγκαυμα είναι σοβαρό
- Αν χάσει τις αισθήσεις του μπορεί να χρειαστεί, αν γνωρίζετε, να κάνετε «τεχνητή αναπνοή» ( Καρδιοαναπνευστική Αναζωογόνηση).
- Μην βάλετε λάδια, αλοιφές, οδοντόκρεμες
- Μην σπάτε τις φουσκάλες (φυσαλίδες)
- Μην βάζετε αντισηπτικά υγρά.
- Αν έχει κολλήσει ύφασμα στο έγκαυμα δεν το τραβάμε. Προσεκτικά κόβουμε με ψαλίδι το ύφασμα που είναι ελεύθερο



# ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ ΓΙΑ ΤΡΟΧΑΙΑ ΑΤΥΧΗΜΑΤΑ:

Όταν γίνουμε μάρτυρες σε κάποιο τροχαίο ατύχημα, προσεγγίζουμε τον τραυματία ακολουθώντας κάποιους βασικούς κανόνες:

- ❖ Εξασφαλίζουμε πρώτα τη δική μας ασφάλεια κατά την προσέγγιση.
- ❖ Δεν επιτρέπεται μετακίνηση του θύματος
- ❖ Κατά τη χορήγηση των Α' Βοηθειών προστατεύουμε από κάθε μετακίνηση τον αυχένα του
- ❖ Ελέγχουμε με τους γνωστούς τρόπους αν αναπνέει και αν έχει κυκλοφορία. Αν χρειαστεί αρχίζουμε ΚΑΡΠΑ. Σημαντικό: προσέχουμε κατά τις εμφυσέςεις να μην προκαλείται υπερέκταση (τέντωμα) του αυχένα. Αν υπάρχει κάποια εμφανής εξωτερική αιμορραγία, την αντιμετωπίζουμε πιέζοντας σταθερά με γάζες πάνω στο σημείο της αιμορραγίας.

- ❖ Έχοντας πλήρη εικόνα του ατυχήματος **ενημερώνουμε με σαφήνεια το ΕΚΑΒ**
- ❖ Η μετακίνηση του θύματος πρέπει να γίνει από εκπαιδευμένα άτομα (προσωπικό ασθενοφόρου). Εσείς μπορεί να χρειαστεί να βοηθήσετε, γι' αυτό καλό είναι να ξέρετε κάποιους κανόνες:
  1. Σε όλη τη διάρκεια της μετακίνησης η σπονδυλική στήλη πρέπει να είναι σε ευθεία.
  2. Η επιχείρηση της μετακίνησης συντονίζεται από ένα άτομο, που κατά κανόνα είναι αυτό που κρατάει το κεφάλι του τραυματία.
  3. Μετά την τοποθέτηση του στο φορείο, πρέπει να γίνει σωστή ακινητοποίηση του με δέσιμο πάνω στο φορείο.
  4. Ακινητοποιούμε στη συνέχεια με δέσιμο ή νάρθηκες τα κατάγματα των άκρων.



# Εργασία των μαθητριών :

➤ Μαρία Σιαμά

➤ Αθηνά Μαστραπά

➤ Μαρία-Θεοδώρα Σακαβέλη

✦ Κωνσταντίνα-Μαρίνα Παπαδοπούλου

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΓΙΑ ΤΗΝ

ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ!!!

