



# Σεμινάρια σε Εμπλεκόμενους Φορείς Επαγγελματίες Αλιείς

## Θέμα: Πρώτες βοήθειες σε επαγγελματίες αλιείς

### ΘΕΜΑ 1: ΚΑΡΔΙΟΑΝΑΠΕΥΣΤΙΚΗ ΑΝΑΖΩΟΓΟΝΗΣΗ (ΚΑΡΠΑ)

Σε περίπτωση πνιγμού στην θάλασσα είτε σε παραλία είτε σε πώση από σκάφος, εφαρμόζουμε πρώτες βοήθειες με την μέθοδο ΚΑΡΠΑ.

Με την ΚΑΡΠΑ μπορεί να προλάβουμε βλάβη σε ζωτικά όργανα όπως ο εγκέφαλος και η καρδιά. Η μέθοδος αυτή δεν αφορά μόνο τον πνιγμό στη θάλασσα αλλά γενικά αφορά κάθε περίπτωση καρδιακού επεισοδίου ή καρδιακής ανακοπής.

Τα δύο κύρια στοιχεία της ΚΑΡΠΑ είναι Α. ΘΩΡΑΚΙΚΕΣ ΣΥΜΠΙΕΣΕΙΣ Β. ΑΝΑΠΝΟΕΣ ΔΙΑΣΩΣΗΣ.

1. Πλησιάζουμε το θύμα, ελέγχουμε, εκτιμούμε την κατάσταση, φωνάζουμε για βοήθεια από άλλους. 2. Στο αναισθητο θύμα, θέτουμε την κεφαλή πίσω σε έκταση, ώστε να γίνει ευθυσμός των αεραγωγών ανυψώνοντας το σαγόι. 3. Προσπαθούμε να καταλάβουμε αν κινείται ο θώρακας, αν υπάρχει ήχος αναπνοής. 4. Καλούμε το 166 ή 112. 5. Εφαρμόζουμε θωρακικές συμπίεσεις αφού βάλουμε την παλάμη του ενός χεριού στο κέντρο του θώρακα και την βάση της παλάμης του άλλου χεριού πάνω στο πρώτο. 6. Με τεντωμένους αγκώνες φέρνουμε τους ώμους μας πάνω από το θώρακα του θύματος. 7. Συμπιέζουμε δυνατά το στέρνο ώστε να κατέβει 4-5 cm. και το αφήνουμε γρήγορα χωρίς να χαθεί η επαφή με τα χέρια μας. ΚΑΝΟΥΜΕ ΤΡΙΑΝΤΑ ΓΡΗΓΟΡΕΣ ΣΥΜΠΙΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΜΕΣΩΣ ΔΥΟ ΑΝΑΠΝΟΕΣ ΔΙΑΣΩΣΗΣ. Οι αναπνοές δίνονται κρατώντας σε υπερέκταση την κεφαλή με το ένα χέρι και κλείνοντας την μύτη με το άλλο χέρι.

Αφού εισπνεύσουμε αέρα τοποθετούμε τα χείλη μας στο στόμα του θύματος και εκπνέουμε δυνατά και γρήγορα. Το κάνουμε δυο φορές. Αν η αναπνοή είναι επαρκής ο θώρακας του θύματος θα ανυψωθεί. Άμεσα ξανά κάνουμε 30 συμπίεσεις και αμέσως μετά δύο εκπνοές. Συνεχίζουμε να κάνουμε τα ίδια μέχρι να συνέλθει το θύμα ή μέχρι που μπορούμε, ή έλθει εξειδικευμένη βοήθεια.

[www.cycladeslife.gr](http://www.cycladeslife.gr)

Για την υλοποίηση του προγράμματος ΚΥΚΛΑΔΕΣ LIFE, μαζί με το WWF Ελλάς, που είναι ο συντονιστής του προγράμματος, θα δουλέψουν οι παρακάτω εταίροι:



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ  
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ  
& ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ



αποκεντρωμένη  
διοίκηση αιγαίου



ΧΑΡΟΚΟΛΕΙΟ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

Το πρόγραμμα ΚΥΚΛΑΔΕΣ LIFE «Ολοκληρωμένη προστασία της Μεσογειακής Φώκιας στις Βόρειες Κυκλάδες» (LIFE12 NAT/GR/000688), υποστηρίζεται και συγχρηματοδοτείται από τη χρηματοδοτική γραμμή LIFE NATURE της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και από το Prince Albert II of Monaco Foundation.





# Σεμινάρια σε Εμπλεκόμενους Φορείς Επαγγελματίες Αλιείς

Αν δεν μπορούμε ή δεν επιθυμούμε να χορηγήσουμε τις αναπνοές διάσωσης εφαρμόζουμε μόνο θωρακικές συμπίεσεις, περίπου 100 το λεπτό.

## ΘΕΜΑ 2: ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΑ ΑΛΙΕΥΜΑΤΑ

### A. ΛΑΓΟΚΕΦΑΛΟΣ (*Lagocephalus sceleratus*)

Εξαιρετικά επικίνδυνο ψάρι αν καταναλωθεί, με αποτέλεσμα το θάνατο του ανθρώπου που θα το καταναλώσει. Περιέχει ισχυρή τοξίνη στο συκώτι του, αλλά και στο κρέας του. Η τοξικότητα εξαρτάται από την ηλικία, το μέγεθος και την αναπαραγωγική περίοδο, που γίνεται κυρίως τους θερινούς μήνες. Με το μαγείρεμά του η τοξίνη δεν καταστρέφεται. Από τα τέσσερα χαρακτηριστικά δόντια του, δεν έχει αναφερθεί δηλητηρίαση από δάγκωμα. Επίσης δεν έχει αναφερθεί ουσιαστικό πρόβλημα εκτός από την κατανάλωσή του. Τα επόμενα χρόνια θα αποτελέσει μάστιγα για τις θάλασσές μας.

### B. ANISAKIS (*ANISAKIASIS*)

Στα έντερο ψαριών και καλαμαριών ευρίσκεται μερικές φορές νηματώδεις (σκώληκες), αποκαλούμενοι ANISAKIS. Οι σκώληκες αυτοί μπορούν να διαπεράσουν το έντερο ή το στομάχι του ψαριού και να μολύνουν τη σάρκα του. Εάν οι άνθρωποι τρώνε ωμά ψάρια ή καλαμάρια ή ανεπαρκώς μαγειρεμένα τότε καταπίνουν τις προνύμφες των νηματωδών. Μέσα στον άνθρωπο εξαπλώνονται στο γαστρεντερικό του. Μπορούν να προκαλέσουν γαστρεντερικές διαταραχές ήπιες έως σοβαρές με διατηρήσεις των εντέρων και ακόλουθη χειρουργική επέμβαση. Συμπτώματα ναυτία, έμετος, διάρροια, αίμα και βλέννη στα κόπρανα, κνησμός, αναφυλαξία.

ANISAKIASIS είναι συχνή στην Ιαπωνία όπου τρώνε πολύ τα ωμα ψάρια.

Η σύσταση που δίνεται είναι τα ψάρια να καλομαγειρεύονται και ποτέ να μην τα τρώμε ωμά, καθώς και τα καλαμάρια.

[www.cycladeslife.gr](http://www.cycladeslife.gr)

Για την υλοποίηση του προγράμματος ΚΥΚΛΑΔΕΣ LIFE, μαζί με το WWF Ελλάς, που είναι ο συντονιστής του προγράμματος, θα δουλέψουν οι παρακάτω εταιρείες:



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ  
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ  
& ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ



Το πρόγραμμα ΚΥΚΛΑΔΕΣ LIFE «Ολοκληρωμένη προστασία της Μεσογειακής Φώκιας στις Βόρειες Κυκλάδες» (LIFE12 NAT/GR/000688), υποστηρίζεται και συγχρηματοδοτείται από τη χρηματοδοτική γραμμή LIFE NATURE της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και από το Prince Albert II of Monaco Foundation.





# Σεμινάρια σε Εμπλεκόμενους Φορείς Επαγγελματίες Αλιείς

## Γ. ΣΚΟΡΠΙΝΑ - ΔΡΑΚΑΙΝΑ (*SCORPAENA - TRACHINUS*)

Λιγότερο η σκορπίνα και περισσότερο η δράκαινα μπορούν να μας επιφέρουν ισχυρό πόνο στο σημείο του δείγματος, έως και αλλεργία. Μπορούμε άμεσα να ανακουφιστούμε αν θέσουμε το χέρι που τοιμήθηκε σε πολύ ζεστό νερό (καυτό 40 βαθμοί κελσίου θερμοκρασία). Η συγκεκριμένη τοξίνη των αγκαθιών αυτών των ψαριών μόνο σε αυτή τη θερμοκρασία μπορεί να διασπαστεί και να μας ανακουφίσει άμεσα. Δεύτερη πρόχειρη αντιμετώπιση είναι να πλησιάσουμε την καύτρα τοιγάρου πολύ κοντά στο τοίμημα για μικρό χρονικό διάστημα. Τρίτη λύση είναι να βάλουμε ένα βαμβάκι εμποτισμένο με ξόδι για μερικά λεπτά, με επανάληψη. Δυστυχώς το διάλυμα αμμωνίας σχεδόν δεν κάνει τίποτα. Αν δεν έχουμε τίποτα από τα προηγούμενα μπορούμε να βάλουμε πάγο. Σε περίπτωση οιδήματος, ισχυρότατου πόνου και αλλεργίας, απευθυνόμαστε στα επείγοντα του νοσοκομείου ή σε γιατρό όπου θα μας χορηγήσουν τοπικό αναισθητικό ή και εναισίσιμη κορτιζόνη.

## Δ. ΛΕΟΝΤΟΨΑΡΟ (*PTEROIS MILES*)

Εμφανίστηκε στην περιοχή της Ρόδου, προερχόμενο από την Ερυθρά Θάλασσα. Τα αγκάθια του ψαριού είναι άκρως δηλητηριώδη και μπορούν να προκαλέσουν θάνατο σε όποιον τρυπηθεί. Είναι άκρως επιθετικό και επεκτατικό ψάρι.

## ΘΕΜΑ 3: Α. ΤΡΑΥΜΑΤΙΣΜΟΣ ΜΕ ΑΓΚΙΣΤΡΙ

Α. Για να αφαιρέσουμε ένα αγκίστρι από την παλάμη μας (σύνθητες), χρειάζεται να έχουμε δεύτερο άτομο μαζί μας ή και όχι. Δένουμε σπάγγο ή πετονιά στο λαιμό του αγκίστρου και το άλλο άκρο το τυλίγουμε στην παλάμη μας ή σε σταθερή επιφάνεια. Πιέζουμε με το δάκτυλο το στέλεχος (κορμό) του αγκίστρου και τραβάμε δυνατά και απότομα τον σπάγγο.

Β. Με μυτοτοσίμπιδο και τανάλια βγάζουμε την αιχμή του αγκίστρου από άλλη έξοδο, κάνοντας τοπική αναισθησία και κόβοντας την αιχμή μόλις ξεπεράσει.

[www.cycladeslife.gr](http://www.cycladeslife.gr)

Για την υλοποίηση του προγράμματος ΚΥΚΛΑΔΕΣ LIFE, μαζί με το WWF Ελλάς, που είναι ο συντονιστής του προγράμματος, θα δουλέψουν οι παρακάτω εταιρείες:



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ  
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ  
& ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ



αποκεντρωμένη  
διοίκηση ιαγιάου



ΧΑΡΟΚΟΛΕΙΟ  
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

Το πρόγραμμα ΚΥΚΛΑΔΕΣ LIFE «Ολοκληρωμένη προστασία της Μεσογειακής Φώκιας στις Βόρειες Κυκλάδες» (LIFE12 NAT/GR/000688), υποστηρίζεται και συγχρηματοδοτείται από τη χρηματοδοτική γραμμή LIFE NATURE της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και από το Prince Albert II of Monaco Foundation.





# Σεμινάρια σε Εμπλεκόμενους Φορείς Επαγγελματίες Αλιείς

## Β. ΦΑΡΜΑΚΑ ΑΛΙΕΥΤΙΚΟΥ ΣΚΑΦΟΥΣ

**ΠΑΥΣΙΠΟΝΑ:** (DEPON, PANADOL). Γενικά για πόνους.  
(ASPIRIN) Γενικά για πόνους, όχι σε στομαχικούς. Σε περίπτωση πιθανού εμφράγματος με οξύ προκάρδιον άλγος παίρνουμε άμεσα δύο ασπιρίνες 500mgx2 διαλυμένες σε νερό.

**ΣΠΑΣΜΟΛΥΤΙΚΑ:** (SPASMO APOTEL) για περίπτωση κολικού νεφρού, κολικού εντέρου.

**ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΙΚΟΥ:** (LOSEC) για καούρες, καψίλες, πόνο στο στομάχι. (SIMECO) χάπια ομοίως.

**ΑΝΤΙΑΛΛΕΡΓΙΚΑ:** SOLU CORTEF 500mg ενέσιμο για περίπτωση δείγματος από ψάρι κλπ.

**ΤΟΠΙΚΑ ΑΝΑΙΣΘΗΤΙΚΑ:** (PROCAINE amp) για τοπική αναισθησία σε περίπτωση δείγματος ψαριού.

**ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ ΜΕ:** Γάζες, βαμβάκι, οινόπνευμα, επιδέσμους, λευκοπλάστ, Betadine για απολύμανση. Δύο σύριγγες 5 ml. Αμμωνία, οξυζενέ 100 cc. Χανσαπλάστ 1 κουτί.

**ΕΡΓΑΛΕΙΑ:** Μυτοτοίμπιδο με κόφτη. Κόφτη ή τανάλια.

## Γ. ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

- Προστατεύστε το πρόσωπό σας, τα χέρια σας, το σώμα σας από τον ήλιο. Ο δερματικός καρκίνος και το μελάνωμα έχει πολύ μεγάλη αύξηση τα τελευταία χρόνια. Βάζετε αντηλιακά.
- Φοράτε γυαλιά ηλίου προστατεύοντας τα μάτια σας από τις επιβλαβείς υπεριώδεις ακτίνες που προκαλούν καταρράκτη και εκφύλιση της ωχράς κηλίδας.

[www.cycladeslife.gr](http://www.cycladeslife.gr)

Για την υλοποίηση του προγράμματος ΚΥΚΛΑΔΕΣ LIFE, μαζί με το WWF Ελλάς, που είναι ο συντονιστής του προγράμματος, θα δουλέψουν οι παρακάτω εταιρείες:



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ  
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ  
& ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ



Το πρόγραμμα ΚΥΚΛΑΔΕΣ LIFE «Ολοκληρωμένη προστασία της Μεσογειακής Φώκιας στις Βόρειες Κυκλάδες» (LIFE12 NAT/GR/000688), υποστηρίζεται και συγχρηματοδοτείται από τη χρηματοδοτική γραμμή LIFE NATURE της Ευρωπαϊκής Επιτροπής και από το Prince Albert II of Monaco Foundation.

