04/08/2026

# Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός προτείνει 10 βασικές συμβουλές για προστασία μετά από πυρκαγιά

/ Επικαιρότητα



***Ο Τομέας Υγείας του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, με αίσθημα ευθύνης απέναντι στους πυρόπληκτους, ενημερώνει για τα απαραίτητα μέτρα προστασίας και καθαρισμού που πρέπει να τηρούνται μετά από πυρκαγιά, ώστε να διασφαλιστεί η υγεία και η ασφάλεια των πολιτών.***

**Συμβουλές καθαρισμού κατοικίας:**

1. Χρησιμοποιήστε ειδική μάσκα για την προστασία από την εισπνοή επικίνδυνων

σωματιδίων.
2. Φοράτε μακριά ρούχα, γάντια και κλειστά παπούτσια με χοντρή σόλα για την προστασία χεριών και ποδιών κατά τον καθαρισμό.
3. Μετά την επαφή με καμένα υπολείμματα, πραγματοποιήστε πολύ καλό καθαρισμό του σώματος και των ρούχων.
4. Βρέξτε τα καμένα υλικά πριν από τον καθαρισμό, για να μειωθούν οι επιπτώσεις στην υγεία από την εισπνοή σωματιδίων.
5. Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων από το αναπνευστικό ή καρδιαγγειακό σύστημα, όπως επίμονος βήχας, δυσκολία ή συριγμός στην αναπνοή, πόνος ή σφίξιμο στο στήθος, ταχυκαρδία, ναυτία, ασυνήθιστη κόπωση ή ζάλη, ζητήστε άμεσα ιατρική βοήθεια.

**Βεβαιωθείτε ότι τα τρόφιμα και το νερό είναι ασφαλή:**

1. Απορρίψτε οποιαδήποτε τρόφιμα έχουν εκτεθεί σε θερμότητα, καπνό ή αιθάλη.
2. Ακολουθείτε τις οδηγίες των αρμόδιων αρχών σχετικά με τη χρήση πόσιμου νερού.
3. Μέχρι την αποκατάσταση της ηλεκτροδότησης, αποφύγετε την κατανάλωση τροφίμων που χρειάζονται ψυγείο.
4. Καταναλώνετε ξηρές και καλά συσκευασμένες τροφές.
5. Μην πλησιάζετε κατεστραμμένες ή πεσμένες ηλεκτρικές γραμμές και καλώδια.

Ο Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός παραμένει στο πλευρό των πολιτών, με στόχο την ενημέρωση και την προστασία της δημόσιας υγείας μετά από φυσικές καταστροφές.