22/08/2023

Υπουργείο Υγείας: Μέτρα για την αποφυγή εισπνοής καπνού/στάχτης από πυρκαγιά

/ Επικαιρότητα

Το υπουργείο Υγείας υπενθυμίζει στους πολίτες τις αναλυτικές οδηγίες για προστασία από τις πυρκαγιές και τα υπολείμματά τους (σκόνη και στάχτες), οι οποίες συστήνονται από την αρμόδια Επιτροπή Εμπειρογνωμόνων Δημόσιας Υγείας (ΕΕΔΥ):

- Απομακρυνθείτε από την ευρύτερη περιοχή της πυρκαγιάς, εφόσον είναι εφικτό.
- Αν δεν είναι εφικτή η απομάκρυνση, μείνετε σε κλειστούς χώρους και διατηρήστε τον εσωτερικό αέρα καθαρό ακολουθώντας τις εξής συστάσεις:
- Διατηρείστε τα παράθυρα και τις πόρτες κλειστά.
- Χρησιμοποιείστε κλιματισμό ο οποίος να διαθέτει ανακύκλωση εσωτερικού αέρα και καλά συντηρημένα φίλτρα.
- Αποφύγετε το κάπνισμα στους κλειστούς χώρους.
- Αποφύγετε το μαγείρεμα με τη χρήση ψησταριάς.
- Αποφύγετε τη χρήση αεροζόλ (εντομοκτόνα, αρωματικά χώρου, σπρέι

μαλλιών).
- Αποφύγετε τη χρήση κεριών για φωτισμό.
- Αποφύγετε τη χρήση ηλεκτρικής σκούπας.
- Αποφύγετε άσκοπες μετακινήσεις και εξωτερικές δραστηριότητες, κυρίως οι ευπαθείς ομάδες (άτομα με αναπνευστικά ή καρδιαγγειακά νοσήματα, ηλικιωμένοι, παιδιά, έγκυες) όσο υπάρχει καπνός και στάχτη.

Εφόσον η μετακίνηση κρίνεται απαραίτητη, μην ξεχνάτε:
Χρησιμοποιείτε μάσκας υψηλής αναπνευστικής προστασίας (FFP2 ή 3) με καλή εφαρμογή – Οι "χειρουργικές" ή υφασμάτινες μάσκες ΔΕΝ προστατεύουν από την εισπνοή καπνού ή στάχτης.
Σε περίπτωση χρήσης του αυτοκινήτου για μετακίνηση, μην ξεχνάτε:
Ανάψτε τα φώτα των οχημάτων κατά τη διάρκεια της ημέρας, ώστε να αποφευχθούν ενδεχόμενα ατυχήματα σε περιοχές με χαμηλή ορατότητα.
Ρυθμίστε το σύστημα κλιματισμού του οχήματος στη λειτουργία ανακύκλωσης του εσωτερικού αέρα, ώστε να ελαχιστοποιηθεί η είσοδος του καπνού στην καμπίνα των επιβατών.
Κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων καθαρισμού της στάχτης, πρέπει να χρησιμοποιείτε:
Μάσκα υψηλής αναπνευστικής προστασίας (FFP2 ή 3) με καλή εφαρμογή.
Προστατευτικά γυαλιά (αν υπάρχουν διαθέσιμα).
Κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων καθαρισμού της στάχτης, ΜΗΝ χρησιμοποιείτε: φυσητήρες φύλλων ή άλλα μέσα που μπορεί να μετακινήσουν την στάχτη στην ατμόσφαιρα.

Ζητήστε άμεσα ιατρική βοήθεια, σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων όπως: επίμονος βήχας, δυσκολία ή/και συριγμός στην αναπνοή, σφίξιμο ή πόνος στο στήθος, ταχυκαρδία, ναυτία, ασυνήθιστη κόπωση ή ζάλη.

Επισημαίνεται, επίσης, πως αν κάποιος βρίσκεται κοντά σε πυρκαγιές και αισθανθεί έντονα συμπτώματα, οφείλει να επικοινωνήσει άμεσα με πνευμονολόγο.