



Από τη Διεύθυνση Πολιτικής Προστασίας της Περιφέρειας Θεσσαλίας ανακοινώνονται τα εξής: Από το πρωί της Δευ-τέρας 9/8/2020 παρατηρείται οσμή καπνού αλλά και...

νέφωση στην ατμόσφαιρα (βλ. εικόνα του δορυφορικού δέκτη MODIS) η οποία όπως επισημαίνει και το Εθνικό Αστεροσκοπείο Αθηνών οφείλεται στις εκτεταμένες πυρκαγιές στη χώρα.

Σύμφωνα λοιπόν με τις οδηγίες της Ελληνικής Πνευμονολογικής Εταιρείας και του ΕΟΔΥ συστήνονται τα εξής:

Σε γενικές γραμμές, η έκθεση στον καπνό μπορεί να προκαλέσει ερεθισμό των ματιών και του αναπνευστικού συστήματος, καθώς και επιδείνωση τυχόν αναπνευστικών και καρδιολογικών νοσημάτων. Άτομα με χρόνια αναπνευστικά, καρδιολογικά ή άλλα νοσήματα, έγκυες, ηλικιωμένοι και παιδιά βρίσκονται σε αυξημένο κίνδυνο από τις επιπτώσεις του καπνού.

- Αποφύγετε τις άσκοπες μετακινήσεις για όσο διάστημα συνεχίζεται το φαινόμενο

- Αν επιβάλλεται να μετακινηθείτε σε εξωτερικό χώρο, χρησιμοποιείτε μάσκα υψηλής προστασίας (π.χ. τύπου N95, FFP2, KN95) ή εναλλακτικά διπλής χειρουργικής μάσκας. Οι μετακινήσεις θα πρέπει να γίνονται σε ώρες χαμηλότερου θερμικού φορτίου, πχ το βράδυ.

- Διατηρείστε τα παράθυρα και τις πόρτες κλειστά, και χρησιμοποιείτε κλιματισμό ο οποίος να διαθέτει ανακύκλωση εσωτερικού αέρα και καλά

συντηρημένα φίλτρα. Λειτουργήστε το κλιματιστικό με ανακύκλωση αέρα μόνο.

- Αποφύγετε την σωματική καταπόνηση και την άθληση σε εξωτερικούς χώρους.

- Καταναλώστε άφθονες ποσότητες πόσιμου νερού και υγρών.

- Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων από το αναπνευστικό ή καρδιαγγειακό σύστημα που μπορεί να σχετίζονται με υπερβολική έκθεση σε καπνό, όπως επίμονος βήχας, δυσκολία ή/και συριγμός στην αναπνοή, σφίξιμο ή πόνος στο στήθος, ταχυκαρδία, ναυτία, ασυνήθιστη κόπωση ή ζάλη, ζητήστε άμεσα ιατρική βοήθεια.

- Οι ασθενείς με χρόνια αναπνευστικά ή καρδιαγγειακά νοσήματα δεν θα πρέπει να μετακινούνται

- Για τους ασθενείς με άσθμα και ΧΑΠ, παθήσεις που κατεξοχήν επιδεινώνονται από την περιβαλλοντική επιβάρυνση, απαιτείται η αυστηρή τήρηση της φαρμακευτικής αγωγής, και επί οποιασδήποτε επιδείνωσης των συμπτωμάτων η άμεση επικοινωνία με τον θεράποντα ιατρό τους με σκοπό την προσαρμογή της αγωγής.