



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΛΕΥΚΑΔΑΣ (Ν.Π.Δ.Δ.)
Ι ΜΕΛΑ 63-65 Λευκάδα 31 100
Τηλ. 26450 25670 e-mail: islefkadas@gmail.com

ΛΕΥΚΑΔΑ: 20/07/2026

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΛΕΥΚΑΔΑΣ

Αυξημένη προσοχή κατά τη διάρκεια του καύσωνα – Οδηγίες προστασίας της δημόσιας υγείας

Με αφορμή το κύμα καύσωνα που επηρεάζει τη χώρα, ο Ιατρικός Σύλλογος Λευκάδας καλεί τους πολίτες να τηρούν σχολαστικά τα μέτρα προστασίας από τις υψηλές θερμοκρασίες, προκειμένου να προληφθούν σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία.

Ιδιαίτερη προσοχή απαιτείται για τους ηλικιωμένους, τα άτομα με χρόνια νοσήματα, τα μικρά παιδιά, τις εγκύους, καθώς και για όσους εργάζονται ή ασκούνται σε εξωτερικούς χώρους.

Η παρατεταμένη έκθεση σε υψηλές θερμοκρασίες μπορεί να προκαλέσει θερμική εξάντληση ή θερμοπληξία, καταστάσεις που χρήζουν άμεσης ιατρικής αντιμετώπισης.

Ο Ιατρικός Σύλλογος Λευκάδας συνιστά:

- Παραμονή σε δροσερούς ή κλιματιζόμενους χώρους.
- Αποφυγή άσκοπων μετακινήσεων και έκθεσης στον ήλιο μεταξύ 11:00 και 17:00.
- Επαρκή ενυδάτωση με άφθονο νερό και ελαφριά γεύματα.
- Αποφυγή αλκοόλ και υπερβολικής κατανάλωσης καφεΐνης.
- Χρήση ανοιχτόχρωμων, ελαφριών ρούχων, καπέλου και γυαλιών ηλίου.
- Αποφυγή έντονης σωματικής άσκησης, ιδιαίτερα όταν οι υψηλές θερμοκρασίες διατηρούνται και τις βραδινές ώρες.
- Συνεχή επικοινωνία με τον θεράποντα ιατρό για όσους λαμβάνουν φαρμακευτική αγωγή που μπορεί να επηρεάσει τη θερμορύθμιση του οργανισμού.

Συμπτώματα θερμοπληξίας

- Πολύ υψηλή θερμοκρασία σώματος
- Έντονος πονοκέφαλος
- Ζάλη ή σύγχυση

- Ναυτία ή έμετος
- Γρήγοροι σφυγμοί
- Πιθανή απώλεια συνείδησης

Τι πρέπει να κάνετε

Σε περίπτωση εμφάνισης των παραπάνω συμπτωμάτων:

- Μεταφέρετε το άτομο σε δροσερό και σκιερό σημείο.
- Αφαιρέστε τα περιττά ρούχα και δροσίστε το σώμα με δροσερό νερό ή υγρά πανιά.
- Μην χορηγείτε υγρά σε άτομο με διαταραχή του επιπέδου συνείδησης.
- Καλέστε άμεσα το ΕΚΑΒ (166) ή το 112.

Ο Ιατρικός Σύλλογος Λευκάδας καλεί όλους τους πολίτες να επιδείξουν υπευθυνότητα και αλληλεγγύη, δίνοντας ιδιαίτερη προσοχή στους ηλικιωμένους και στα άτομα που ζουν μόνα τους. Η πρόληψη και η έγκαιρη αντιμετώπιση αποτελούν τα αποτελεσματικότερα μέσα προστασίας της υγείας κατά τη διάρκεια των ακραίων καιρικών φαινομένων.

Ο ΠΡΟΕΔΡΟΣ



Ασημάκης Αλέξανδρος



Ο ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ



Ντάμπος Στέφανος