

Osasuna

JABIER AGIRRE

Etxeko istripuak: nola jokatu?

URTERO-URTERO ehunka mila istripu baino gehiago gertatzen dira etxeetan. Bizkor eta zentzuz jokatzeari funtsezkoa da kasu horietan.

Etxean gertatzen diren istripuen artean erorikoak dira usuenak (%41), baina horiez gain oso arruntak dira ebaki eta urratuak (%23), kolpeak, takatekoak (%13) eta erreduak (%10), Espainiako Osasun eta Kontsumo Ministerioak argitaratu duen *Etxeko eta aisialdiko istripuen detekzioa* izeneko txostenaren arabera. Zer egin behar den eta zer saihestu behar den jakitea ezinbestekoa da istripua larria izan ez dadin.

Erredura arinak

Garrantzitsuen ur hotz ugarirekin bustitzea da, zauria txorrotaren azpian denbora luze samarrean mantenduz, eta larruazalera itsatsi ez bada bakarrik kendu arropa. Kortikoidea duen krema bat eman daiteke zaurian gaza bat erabilita, baina erredura aurpegian, lepoan edo genitaletan badago ez da inoiz estali behar.

Babaren bat agertzen bada, ez saiatu hura lehertzen edo irekitzen bertako likidoa ateratzeko, infektatzeko arriskua dago eta. Zoaz larrialdietara erredurak anpoilak, puslak edo babak badauzka, edota kolorea zuria, belzkara edo marroia bada; baita erredura oso handia bada ere, noski.

Ebaki txikiak

Garbitu ondo ingurua, xaboi eta ur ugarirekin, edo serum fisiologikorekin. Ondoren estali gaza batekin,

odoljariora eten arte. Ez saiatu sekula odoljariora alkoholarekin gertatzen. Alkoholak, baita farmazikoak ere, odol-hodiak ireki egiten dituzte, zauria buxatzea eragozten du.

Ebakiak odol-galera handia eragin badu, edo odoljariora, txikia izan arren, ez bada gertatzen, joan berehala larrialdietara, zauria zanpatzeari utzi gabe.

Zerbait kontrako eztarritik joatea

Janari zati bat beste pertsona baten eztarran trabatuta geratu bada eta arnasteko zailtasuna baldin bada, jar zaitez haren atzealdean eta inguratu gerrialdea besoekin, azkeneko saihestezurraren parean. Jarri eskuineko eskua, itxita, sabelaren gainean, eta beste eskua bularraren beheko aldean, bata bestearen gainean. Sakatu gogor eta bat-batean, gorantz, bi eskuekin. Hori egin ondoren, gaixoak ez badu janari zatia kanpora bota, deitu larrialdiei. Ez da komeni bizkarrean kolpeak jotzea, nahiz eta kolpe arinak izan.

Deskarga elektrikoak

Ez ukitu erasandako pertsona zuzenean, elektrizitatea batetik bestera igaro ez dadin. Halaber, eten korronte elektriko berehala, deskarga gerarazteko, edo aldendu erasandakoa indar elektrikoaren iturritik, egurrezko edo plastikozko



WWW.REVISTANAMASTE.COM

objektu bat erabiliz, kontakturik egin ez dezan. Estali manta batekin deskarga elektriko jasan duen pertsona, eta eskatu laguntza berehala.

Produktu toxikoak irentsi

Lixiba, amoniakoa edo antzekoak badira, ez da komeni gorakoa eragitea, ahoko eta eztarriko ehunek berriro ere substantzia horiekin kontaktua izango luketelako. Onera informazio toxikologikoko argibideen telefonora deitzea da, larrialdietara joan aurretik.



Babeslea: **iametza Interaktiboa**

ideia batetik errealitatera



web garapenak



multimedia



aholkularitza



edukiak

iametza

interaktiboa

www.iametza.com

T.943 37 67 16