



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ

Αθήνα, 25 - 06 -2018
Αριθ. Πρωτ. 4354



ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ
ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

Δ/ΝΣΗ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ
ΕΚΤΑΚΤΩΝ ΑΝΑΓΚΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ, ΠΡΟΛΗΨΗΣ &
ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΦΥΣΙΚΩΝ ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΩΝ

ΠΡΟΣ: ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

Πληροφορίες: Ε. Αγγελόπουλος
Ταχ Δ/ση : Ευαγγελιστριάς 2 Αθήνα
ΤΚ : 105 63
Τηλέφωνο : 2131510 162
FAX : 2131510 935
E-mail : eaggelopoulos@gscp.gr

ΘΕΜΑ: Πρόληψη των επιπτώσεων από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσινα

ΣΧΕΤ.: Το Δ1α/Γ.Π. οικ. 43354/06-06-2018 έγγραφο της Γενικής Δ/σης Δημόσιας Υγείας και Ποιότητας Ζωής (ΑΔΑ: Ψ6ΒΦ465ΦΥΟ-8ΩΦ)

Σας διαβιβάζουμε, για ενημέρωσή σας, το ανωτέρω έγγραφο της Γενικής Δ/σης Δημόσιας Υγείας και Ποιότητας Ζωής του Υπουργείου Υγείας, που αφορά στα προληπτικά μέτρα αντιμετώπισης των επιπτώσεων από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσινα.

Το συνημμένο ενημερωτικό έντυπο στο ανωτέρω σχετικό είναι διαθέσιμο και στην ακόλουθη ηλεκτρονική διεύθυνση: <http://www.moh.gov.gr/articles/health/dieythynsh-dhmosias-ygieinhs/ygieinh-periballontos/5536-prolhpshtwn-epiptwsewn-apo-thn-emfanish-ypsihlwn-thermokrasiw-n-kai-kayswna-egkyklios-2018>.

Συνημμένα: το ανωτέρω σχετικό (4 σελίδες)

Ο Διευθυντής

Φοίβος Θεοδώρου

ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

Αποδέκτες προς ενέργεια

1. Αποκεντρωμένες Διοικήσεις

Δ/ση Πολιτικής Προστασίας, με την παράκληση για την άμεση αναπαραγωγή και αποστολή του παρόντος σε όλα τα Γραφεία Πολιτικής Προστασίας των Δήμων της οικείας Αποκεντρωμένης Διοίκησης

2. Περιφέρειες της χώρας

Δ/ση Πολιτικής Προστασίας

Εσωτερική Διανομή

Γραφείο κ. Γενικού Γραμματέα Πολιτικής Προστασίας,



ΑΚΡΙΒΕΣ ΑΝΤΙΓΡΑΦΟ
ΥΠΑΛΛΗΛΟΣ ΤΟΥ
ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑΣ

ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ



INFORMATICS
DEVELOPMENT
AGENCY

Digitally signed by
INFORMATICS
DEVELOPMENT AGENCY
Date: 2018.06.06 12:18:20
EEST
Reason:
Location: Athens

ΑΔΑ: Ψ6ΒΦ465ΦΥΟ-8ΩΦ

20/6/18 4354 60300
03

ΑΠΕΛΘΗΣ
Διγβθγεί/φπο Απ.
ΑΠΕΛΘΗΣ
20/6/18

ΑΝΑΡΤΗΤΕΟ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
& ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ ΖΩΗΣ
Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ: Α' & Δ'
Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 19
Ταχ. Κώδικας: 101 87
Πληροφορίες : Ο. Παντελά
Φ. Γεωργίου
Τηλέφωνο: 2132161325
2132161357
FAX: 2132161907
e-mail: ddy@moh.gov.gr

Αθήνα 06/06/2018
Αριθ. Πρωτ. Δ1α/Γ.Π. οικ. 43354

ΠΡΟΣ: Όπως Π. Δ.

ΘΕΜΑ: «Πρόληψη των επιπτώσεων από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσωνα».

Για τα δεδομένα των κλιματολογικών συνθηκών της χώρας μας, ο καύσωνας αποτελεί εποχιακό φαινόμενο που παρατηρείται κατά τους θερινούς μήνες. Το φαινόμενο αυτό γίνεται πιο έντονο στις πόλεις. Οι δημόσιες υπηρεσίες της χώρας θα πρέπει να είναι σε θέση να αντιμετωπίσουν τις επιπτώσεις στην υγεία των πολιτών, από την εμφάνιση υψηλών θερμοκρασιών και καύσωνα.

Στο πλαίσιο αυτό σας αποστέλλουμε οδηγίες για τα μέτρα προφύλαξης.

Προληπτικά μέτρα αντιμετώπισης παθολογικών καταστάσεων από υψηλές θερμοκρασίες.

Όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος ξεπεράσει ορισμένα όρια ανεκτά από τον ανθρώπινο οργανισμό σε συνέργια με ορισμένους άλλους παράγοντες (υγρασία, άπνοια κ.λ.π.), δημιουργούνται παθολογικές καταστάσεις ποικίλου βαθμού βαρύτητας, που μπορούν να οδηγήσουν σε κωματώδη κατάσταση αλλά και στο θάνατο. Τα αρχικά συμπτώματα μπορεί να είναι: δυνατός πονοκέφαλος, ατονία, αίσθημα καταβολής, τάση για λιποθυμία, πτώση της αρτηριακής πίεσης, ναυτία, έμετοι και ταχυπαλμία. Το σύνδρομο της **θερμοπληξίας**, εκδηλώνεται με: αυξημένη θερμοκρασία του σώματος, σπασμούς, εμέτους, διάρροια, διαταραχή της πήκτικότητας του αίματος, απουσία εφίδρωσης. Μπορεί ακόμη να επέλθει έμφραγμα του μυοκαρδίου. Επακολουθεί κωματώδης κατάσταση και θάνατος.

Η θεραπεία των ατόμων που παρουσιάζουν τα παραπάνω συμπτώματα όταν η θερμοκρασία του περιβάλλοντος είναι υψηλή, πρέπει να γίνεται κατά προτίμηση σε νοσηλευτικά ιδρύματα, αλλά ως **πρώτες βοήθειες** μέχρι τη διακομιδή τους σε αυτά, θα πρέπει να εφαρμοστούν άμεσα μέτρα ελάττωσης της θερμοκρασίας του σώματος: πλήρης έκδυση από τα ρούχα, τοποθέτηση παγοκύστεων ή κρύων επιθεμάτων στον τράχηλο, τις μισχάλες και τη βουβωνική περιοχή, εμβάπτιση σε μπιανιέρα με κρύο νερό κ.λ.π.

Τα μέτρα για την **πρόληψη** της εμφάνισης συμπτωμάτων κατά τον καύσωνα είναι τα εξής:



002018004354009

1. Αποφυγή έκθεσης στο ηλιακό φως. Αναζήτηση σκιερών και δροσερών σημείων. Προτίμηση στα ανοιχτόχρωμα και ελαφρά ρούχα με ανοιχτό λαιμό, κάλυψη κεφαλής (χρησιμοποίηση καπέλου, ομπρέλας κ. λ. π.).
2. Αποφυγή βαριάς σωματικής εργασίας, ιδιαίτερα σε μέρη που συνυπάρχουν υψηλή θερμοκρασία με υγρασία, καθώς και κάτω από τον ήλιο.
3. Ιδιαίτερη προσοχή στη διατροφή, όπως:
 - Πρόσληψη άφθονων υγρών, κατά προτίμηση νερού και φυσικών χυμών.
 - Αποφυγή των οινοπνευματωδών ποτών.
 - Ολιγοθερμιδική διαίτα, που θα περιλαμβάνει κυρίως λαχανικά και φρούτα πάσης φύσεως, με περιορισμό των λιπαρών.
4. Συχνά λουτρά με καταιωνιστήρες (ντους).
5. **Τα βρέφη και τα παιδιά** να ντύνονται όσο γίνεται πιο ελαφρά. **Ειδικά για τα βρέφη** είναι προτιμότερο τα χέρια και τα πόδια τους να είναι ελεύθερα και να μην τυλίγονται σε πάνες. Όταν κάνει ζέστη να προσφέρονται συχνά εκτός από το γάλα (μητρικό ή άλλο) και υγρά όπως νερό κ. λ. π.
6. Περισσότερη προσοχή να δοθεί στις καλούμενες **ομάδες υψηλού κινδύνου του καύσωνα**, που είναι:
 - Όλα τα άτομα ηλικίας άνω των 65 ετών
 - Όλα τα άτομα που πάσχουν από χρόνια νοσήματα, όπως καρδιοπάθειες, νεφροπάθειες, πνευμονοπάθειες, ηπατοπάθειες, σακχαρώδη διαβήτη κ.λ.π.
 - Όλα τα άτομα που για καθαρά ιατρικούς λόγους παίρνουν φάρμακα για τα χρόνια νοσήματά τους, όπως π.χ. τα διουρητικά, τα αντιχολινεργικά, τα ψυχοφάρμακα, τα ορμονούχα (συμπεριλαμβανομένης της ινσουλίνης και των αντιδιαβητικών δισκίων). Ιδιαίτερα κατά την περίοδο των υψηλών θερμοκρασιών περιβάλλοντος **θα πρέπει να συμβουλευονται το γιατρό τους για την ενδεχόμενη τροποποίηση της δοσολογίας.**
7. **Οι χώροι εργασίας** πρέπει να διαθέτουν κλιματιστικά μηχανήματα ή απλούς ανεμιστήρες, κατά προτίμηση οροφής. Το ίδιο ισχύει και για τα ιδρύματα, που περιθάλπουν νεογνά, βρέφη, παιδιά, ηλικιωμένους και άτομα με ειδικές ανάγκες.
8. **Τα μέσα μαζικής μεταφοράς** πρέπει να φροντίζουν για την καλή λειτουργία του κλιματισμού τους, για την καλύτερη εξυπηρέτηση του κοινού.

Ιδιαίτερη βαρύτητα θα πρέπει να δίδεται όταν οι υψηλές θερμοκρασίες συνδυάζονται και με φαινόμενα αυξημένων επιπέδων **ατμοσφαιρικής ρύπανσης**. Συγκεκριμένα:

- Σε περίπτωση υπέρβασης ορίων του **όζοντος στον ατμοσφαιρικό αέρα**, το Υπουργείο Υγείας έχει εκδώσει σχετικές οδηγίες για την ενημέρωση του κοινού με μέτρα προφύλαξης ειδικά των ευπαθών πληθυσμιακών ομάδων, οι οποίες έχουν ως εξής:

«Άτομα με αναπνευστικές και καρδιαγγειακές παθήσεις και γενικότερα άτομα ευαίσθητα στην ατμοσφαιρική ρύπανση συνιστάται να παραμένουν σε εσωτερικούς χώρους και να αποφεύγουν την κυκλοφορία στο εξωτερικό περιβάλλον. Επίσης, συνιστάται στα παραπάνω άτομα, καθώς και τα παιδιά να αποφεύγουν την έντονη σωματική άσκηση, η οποία μπορεί να προκαλέσει ερεθισμό της αναπνευστικής οδού και να οδηγήσει σε αναπνευστικά προβλήματα».

- Επίσης, για την προστασία της δημόσιας υγείας από **αιωρούμενα σωματίδια (Α.Σ.10)**, το Υπουργείο Υγείας έχει εκδώσει την με αρ. πρωτ. ΔΥΓ2/Γ.Π.οικ.3191/14.1.14 (ΑΔΑ: ΒΙΨΠΙΘ-ΩΣ1) εγκύκλιο με συστάσεις προς το κοινό, οι οποίες σε περίπτωση υπέρβασης ανάλογα με τις συγκεντρώσεις αιωρούμενων σωματιδίων αναρτώνται στον ιστότοπο του Υπουργείου (<http://www.moh.gov.gr/articles/news/3005-systaseis-gia-thn-atmofairikli-gramsh>).

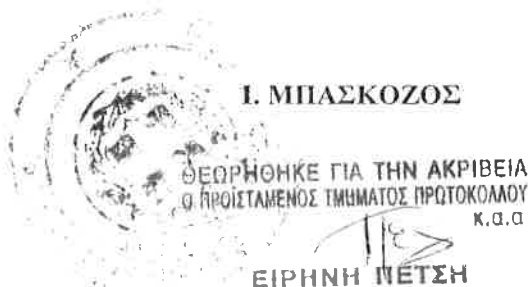
Επισημαίνεται ότι και οι Δήμοι πρέπει να συμμετάσχουν στη συνολική προσπάθεια, μεριμνώντας εγκαίρως για την οργάνωση και διάθεση δροσερών και κλιματιζόμενων χώρων για το κοινό και γενικότερα να συνεργαστούν με τις Υπηρεσίες των Περιφερειακών Ενοτήτων για την ενημέρωση του κοινού και για τη λήψη των αναγκαίων μέτρων.

Δεν θα πρέπει να παραληφθεί ο σημαντικός ρόλος των Μ. Μ. Ε. της χώρας και της συνεργασίας μαζί τους, ώστε να επιτευχθεί μια ευρεία διάδοση των απαραίτητων μέτρων προστασίας.

Οι αρμόδιες υπηρεσίες θα πρέπει να εξετάσουν το ενδεχόμενο, εφόσον κριθεί αναγκαίο, εκτάκτων μεταβολών στα ωράρια λειτουργίας των διαφόρων υπηρεσιών του δημοσίου και ιδιωτικού τομέα, με έμφαση στον περιορισμό της μετακίνησης μεγάλου αριθμού ατόμων κατά τις θερμότερες ώρες.

Τέλος, επισημαίνεται ότι Ενημερωτικό υλικό σχετικό με «Προστατευτικά μέτρα για τον καύσωνα» της Δ/σης Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας και Πρόληψης, Τμήμα Αγωγής Υγείας, είναι αναρτημένο στη ιστοσελίδα του Υπουργείου Υγείας <http://www.moh.gov.gr/articles/health/agogi-ygeias/596-prostataytika-metra-gia-ton-kayswna>.

Ο ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ



ΠΙΝΑΚΑΣ ΔΙΑΝΟΜΗΣ

1. Όλα τα Υπουργεία

Γραφεία κ.κ. Υπουργών (με την παράκληση να ενημερώσουν όλες τις υπηρεσίες και φορείς αρμοδιότητάς τους)

2. Όλες τις Υ. ΠΕ. της χώρας

Υπόψη κ.κ. Διοικητών

(με την παράκληση να ενημερώσουν

τα νοσοκομεία και τους υγειονομικούς σχηματισμούς ευθύνης τους).

3. Περιφέρειες της χώρας

α. Γρ. Περιφερειάρχων

β. Γενικές Δ/σεις Δημόσιας Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας (με την παράκληση να ενημερώσουν όλες τις Δ/σεις Δημ. Υγείας και Κοινωνικής Μέριμνας των Περιφερειακών Ενοτήτων ευθύνης τους, οι οποίες με τη σειρά τους να προβούν στις δικές τους ενέργειες)

4. Όλες τις αποκεντρωμένες Διευθύνσεις (με την παράκληση να ενημερωθούν όλοι οι Δήμοι αρμοδιότητάς τους)

5. ΕΚΕΠΥ

Υπόψη Διοικητή

Μακεδονίας 8

Τ.Κ. 10433, Αθήνα

6. Π. Ι. Σ. (με την παράκληση να ενημερώσει όλα τα μέλη του)

Πλουτάρχου 3, Τ.Κ. 106 75 Αθήνα

7. Ε. Κ. Α. Β.,

Λ. Μεσογείων 154, Τ. Κ. 156 69 Αθήνα

8. ΚΕ. Ε Λ. Π. ΝΟ.

Αγράφων 3-5 15121 Μαρούσι

9. ΕΟΠΥΥ

Υπόψη Προέδρου

Κηφισίας 39, Τ. Κ. 151 23 Μαρούσι

10. Ο.ΚΑ.ΝΑ

11. Δ/ση Υγειονομικού ΓΕΕΘΑ

Στρατόπεδο Παπάγου –Χολαργός (με την παράκληση να ενημερωθούν
όλες οι Υγειονομικές Υπηρεσίες)

12. Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας

ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ

1. Γρ. Υπουργού
2. Γρ. Αναπλ. Υπουργού
3. Γρ. Γεν. Γραμματέων
4. Γραφεία Γεν. Δ/ντών
5. Γραφείο Τύπου (με την παράκληση να ενημερωθούν τα Μέσα Μαζικής Ενημέρωσης)
6. Όλες τις Δ/σεις και Αυτοτελή Τμήματα της Κ. Υ. του Υπουργείου μας
7. Δ/ση Δημ. Υγείας