6 Ιουλίου 2014

Τι να κάνετε αν σας τσιμπήσει τσούχτρα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Πρόκειται για μια επώδυνη εμπειρία, αλλά αν γνωρίζετε τα σωστά βήματα που πρέπει να κάνετε εγκαίρως, τότε δεν θα υποφέρετε για πολύ.

Το τσίμπημα της τσούχτρας είναι συνήθως απρόσμενο αφού κατά κανόνα συμβαίνει καθώς κολυμπάμε στην θάλασσα, ενώ και το διάφανο ή πολύ ανοιχτό χρώμα που έχουν συνήθως οι τσούχτρες καθιστά δύσκολο το να τις δούμε εγκαίρως και να αποφύγουμε την επαφή μαζί τους.

Αν, ωστόσο, σας τσιμπήσει τσούχτρα, τότε πρέπει να κάνετε τα ακόλουθα:

-Βγείτε αμέσως από το νερό

-Αν τα πλοκάμια της τσούχτρας είναι ακόμα στο δέρμα σας, τότε αφαιρέστε τα προσεκτικά. Μην το κάνετε με γυμνά χέρια, αφού είναι πολύ πιθανό να τραυματιστείτε και σε άλλα σημεία. Η ερυθρίαση της περιοχής είναι κάτι φυσιολογικό και δεν πρέπει να σας ξαφνιάσει.

-Σταθείτε στα ρηχά και ρίξτε άφθονο θαλασσινό νερό στο σημείο που σας τσίμπησε η τσούχτρα. Αυτό θα απενεργοποιήσει (μουδιάσει) το συγκεκριμένο

σημείο. Προσοχή! Μην ρίξετε γλυκό νερό επειδή θα προκαλέσει το σπάσιμο όσων μικροσκοπικών κεντριών από τα πλοκάμια δεν έχουν σπάσει και αυτά θα απελευθερώσουν ακόμα περισσότερο δηλητήριο.

-Σε περίπτωση που δεν είστε στην Μεσόγειο, αλλά κολυμπάτε σε τροπικά νερά, τότε αντί για θαλασσινό νερό, συνιστάται να ξεπλύνετε το σημείο με άφθονο ξύδι. Οι τσούχτρες στα τροπικά νερά έχουν πολύ πιο τοξικό τσίμπημα. (Ανάλογα με το είδος της τσούχτρας, ωστόσο, υπάρχει πιθανότητα η χρήση ξυδιού να επιδεινώσει τον πόνο).

-Εφόσον μπορείτε να βρείτε ξύδι, καλό είναι να το χρησιμοποιήσετε ακόμα και σε τσιμπήματα στα ελληνικά νερά. Ρίξτε άφθονο ξύδι για περίπου 30 δευτερόλεπτα. Αν δεν έχετε ξύδι, τότε διαλύστε λίγη μαγειρική σόδα σε νερό και κάντε κομπρέσες. Αυτό θα σας ανακουφίσει από το αίσθημα του πόνου.

-Στη συνέχεια μουλιάστε το σημείο που σας τσίμπησε η τσούχτρα μέσα σε καυτό νερό για τουλάχιστον 20 λεπτά.

-Κάντε επάλειψη με μια ήπια κορτιζονούχα αλοιφή.

-Τις επόμενες ημέρες, μπορείτε να βάζετε περιοδικά λίγο πάγο στο σημείο για να το μουδιάσετε και να περιορίσετε τον πόνο. Μην ξεχνάτε να καθαρίζετε με καθαρό νερό το σημείο 3 φορές την ημέρα και μετά να βάζετε κάποια αντιβιοτική κρέμα. Χρησιμοποιήστε και επίδεσμο, αν χρειαστεί.

-Σε εξαιρετικές περιπτώσεις, το τσίμπημα μιας τσούχτρας μπορεί να είναι ιδιαιτέρως τοξικό/δηλητηριώδες και να χρειαστεί να πάτε στο νοσοκομείο, ειδικά εφόσον είστε αλλεργικοί και δεν το γνωρίζετε. Τα συμπτώματα σε αυτή την περίπτωση είναι ναυτία, δυσκολία στην αναπνοή, ζαλάδα, ταχυκαρδία. Πείτε αμέσως στους γιατρούς ότι σας τσίμπησε τσούχτρα και περιγράψτε τους την μορφή της εφόσον προλάβατε να την δείτε.

Πηγή: onmed.gr