

## Θερμοπληξία: Ποια είναι τα συμπτώματα - Ποιες οι πιθανές επιπλοκές

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Ο καύσωνας μας σπρώχνει προς τις παραλίες προς αναζήτηση μιας ανάσας δροσιάς, όμως ο καυτός ήλιος έχει και ένα «σκοτεινό» και επικίνδυνο για την υγεία μας πρόσωπο.

Πέραν του ηλιακού εγκαύματος, το καλοκαίρι παραμονεύει και η θερμοπληξία. Δείτε πώς εκδηλώνεται και ποιες επιπλοκές μπορεί να προκαλέσει στην υγεία μας.

Τα πρώτα και πιο ήπια συμπτώματα που μπορεί να προκύψουν λόγω της αυξημένης θερμοκρασίας είναι τα εξής:

- κράμπες λόγω αφυδάτωσης (ιδιαίτερα μετά τη σωματική άσκηση)
- δερματικά εξανθήματα (φράζουν οι ιδρωτοποιοί αδένες του δέρματος και ο ιδρώτας δεν φτάνει στην επιδερμίδα ώστε να εξατμιστεί, με αποτέλεσμα τη φλεγμονή και την εμφάνιση εξανθημάτων)
- πρήξιμο στους αστραγάλους

Η λεγόμενη θερμική εξάντληση (εξάντληση του οργανισμού οφειλόμενη σε υπερβολική θερμοκρασία περιβάλλοντος - heat exhaustion) είναι μια σοβαρότερη επιπλοκή που μπορεί να προκύψει λόγω της υψηλής θερμοκρασίας και μπορεί να εξελιχθεί σε πιθανώς θανατηφόρα θερμοπληξία.

Η εφίδρωση είναι ο βασικός μηχανισμός που διαθέτει ο ανθρώπινος οργανισμός

ώστε να διατηρεί τη φυσιολογική θερμοκρασία του όσο η θερμοκρασία του περιβάλλοντος αυξάνεται. Όσο ιδρώνουμε όμως χάνονται από το σώμα άλατα και νερό, με αποτέλεσμα να πέφτει η αρτηριακή πίεση.

Τα συμπτώματα της θερμικής εξάντλησης μοιάζουν με αυτά της αφυδάτωσης και περιλαμβάνουν τη ναυτία, την τάση λιποθυμίας ή ακόμη και το σοκ. Εάν δεν αντιμετωπιστεί με την αναπλήρωση υγρών και την αναζήτηση δροσερού και σκιερού καταφυγίου, η θερμική εξάντληση μπορεί να εξελιχθεί σε θερμοπληξία.

Όταν τα επίπεδα υγρών στο σώμα πέφτουν πολύ χαμηλά, η διαδικασία εφίδρωσης σταματά, η επιδερμίδα γίνεται χλωμή και ξηρή και το δέρμα γίνεται αισθητά πιο ζεστό στο άγγιγμα.

Καθώς ο οργανισμός αδυνατεί να παραμείνει δροσερός -αφού όπως είπαμε δεν μπορεί πλέον να παράγει ιδρώτα- η μέση θερμοκρασία του σώματος μπορεί να ξεπεράσει τους 40 βαθμούς Κελσίου.

Κατά το στάδιο αυτό εκδηλώνεται πνευματική σύγχυση, αποπροσανατολισμός, σπασμοί και κώμα, το οποίο μπορεί να εξελιχθεί σε πλήρη οργανική ανεπάρκεια, εγκεφαλική βλάβη και εν τέλει πρόωρο θάνατο.

**Πηγή:** [onmed.gr](http://onmed.gr)