

Τι να κάνετε αν πατήσετε αχινό

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Μπορεί να συμβεί στο καθένα είτε μέσα στην θάλασσα είτε και στην παραλία. Πολλές φορές δεν βλέπουμε τους αχινούς που είναι συνήθως κολλημένοι σε μεγάλες πέτρες και βράχους και τους πατάμε με γυμνό πέλμα. Ο πόνος από τα αγκάθια του αχινού που εισχωρούν στο δέρμα είναι έντονος, αλλά δεν είναι απαραίτητα κάτι επικίνδυνο για την υγεία σας.

Ο πόνος και η ενόχληση στο περπάτημα, ωστόσο, είναι έντονος και έτσι καλό είναι να κάνετε άμεσα τα ακόλουθα βήματα για να απαλλαγείτε από τα αγκάθια και να φύγει σταδιακά ο πόνος:

-Βυθίστε το πέλμα για περίπου 30 με 90 λεπτά σε μία λεκάνη με νερό τόσο καυτό, όσο αντέχετε. Το δέρμα θα μαλακώσει και θα ανακουφιστείτε λίγο από τον πόνο.

-Με ένα αποστειρωμένο τσιμπιδάκι αφαιρέστε τα αγκάθια που ξεχωρίζουν εμφανώς από το δέρμα. Αν σας βοηθάει χρησιμοποιήστε έναν μεγεθυντικό φακό

για να βλέπετε καλύτερα τα μικρά μαύρα στίγματα.

-Αν δεν καταφέρετε να αφαιρέσετε όλα τα αγκάθια, μην ανησυχείτε αφού αυτά τα αποβάλλει από μόνος του ο οργανισμός με την πάροδο του χρόνου.

-Στα αγκάθια ορισμένων αχινών υπάρχει μια ελαφρώς δηλητηριώδης ουσία που ο αχινός χρησιμοποιεί ως αμυντικό μηχανισμό. Βάλτε αφρό ξυρίσματος στο σημείο και απαλά κάντε μερικά περάσματα με ένα ξυραφάκι.

-Τρίψτε το σημείο με σαπούνι και νερό και στη συνέχεια ξεβγάλετε με άφθονο νερό (όχι θαλασσινό νερό).

-Μην κλείσετε την πληγή με τραυμαπλάστ ή επίδεσμο.

-Αν δείτε σημάδια μόλυνσης, όπως πύον και ερεθισμό, βάλτε μια αντιβιοτική αλοιφή στο σημείο και καλέστε τον γιατρό σας, ο οποίος, ίσως σας προτείνει κάποια αντιβιοτική αγωγή.

-Για να ανακουφιστείτε από τον πόνο μπορείτε να πάρετε κάποιο φάρμακο με ακεταμινοφαίνη κάθε 4 ώρες ή/και ιμπουπροφαίνη κάθε 6 με 8 ώρες.



Πηγή: onmed.gr