



**ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΝΟΜΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ  
ΔΗΜΟΣ ΩΡΑΙΟΚΑΣΤΡΟΥ  
ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΥΠΟΥ  
[grafeiotipou@oraiokastro.gr](mailto:grafeiotipou@oraiokastro.gr)**

**3 Ιουλίου 2019**

### **ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ**

**Κλιματιζόμενοι χώροι στο δήμο Ωραιοκάστρου κατά τη διάρκεια του καύσωνα**

Για την αντιμετώπιση των συνεπειών ενός ενδεχόμενου καύσωνα η δημοτική αρχή Ωραιοκάστρου θέτει στη διάθεση των ευπαθών ομάδων καθώς και πολιτών κάθε ηλικίας που ταλαιπωρούνται από τις υψηλές θερμοκρασίες, κλιματιζόμενους χώρους.

Συγκεκριμένα, οι χώροι που είναι διαθέσιμοι είναι οι εξής:

**Ωραιόκαστρο:** Οι χώροι των ΚΑΠΗ Ωραιοκάστρου και Παλαιοκάστρου καθώς επίσης η αίθουσα του δημοτικού συμβουλίου

**Νεοχωρούδα:** Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

**Πεντάλοφος:** Η αίθουσα του ΚΑΠΗ και ο χώρος του πρώην δημαρχείου

**Ν. Φιλαδέλφεια:** Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

**Μεσαίο:** Η αίθουσα του ΚΑΠΗ και το ιατρείο

**Μελισσοχώρι:** Η αίθουσα του ΚΑΠΗ

**Λητή:** Η αίθουσα του ΚΑΠΗ και ο χώρος του πρώην δημαρχείου

**Δρυμός:** Η αίθουσα του ΚΑΠΗ και ο χώρος της κοινότητας

**Να σημειωθεί ότι οι χώροι αυτοί θα βρίσκονται στη διάθεση του κοινού κατά τις ώρες λειτουργίας τους.**

**Γενικές οδηγίες για την αποφυγή δυσάρεστων συνεπειών λόγω του καύσωνα:**

1. Αποφυγή έκθεσης στον ήλιο και παραμονή σε σκιασμένους και δροσερούς χώρους. Σε περίπτωση αναγκαστικής έκθεσης στον ήλιο πρέπει να χρησιμοποιείται καπέλο ή γενικά κάλυμμα κεφαλής. Η ένδυση να αποτελείται κατά προτίμηση από λεπτά, ευρύχωρα, ανοιχτόχρωμα, κυρίως βαμβακερά ενδύματα.
2. Αποφυγή, κατά το δυνατό, σωματικής κόπωσης.
3. Άφθονη λήψη δροσερού νερού ή φυσικών χυμών. Αποφυγή σακχαρούχων, ανθρακούχων ποτών.
4. Λήψη ελαφριάς, άλιπης, αλατισμένης τροφής, κατανεμημένης σε μικρά συχνά γεύματα. Αποφυγή οιοπνευματωδών ποτών.
5. Συχνά δροσερά λουτρά, τοποθέτηση ψυχρών επιθεμάτων.
6. Οι ευρισκόμενοι σε φαρμακευτική αγωγή και ιδίως όσοι λαμβάνουν διουρητικά, ηρεμιστικά, αντιυπερτασικά, αντιϊσταμινικά, Β΄ αναστολείς κλπ. φάρμακα πρέπει να βρίσκονται σε διαρκή επαφή με τους θεράποντες γιατρούς τους προκειμένου να λαμβάνουν τις ανάλογες οδηγίες.
7. Επίσης, σε διαρκή επαφή με τους γιατρούς τους πρέπει να βρίσκονται όσοι πάσχουν από νοσήματα του καρδιαγγειακού, κεντρικού νευρικού και αναπνευστικού συστήματος, οι διαβητικοί, νεφροπαθείς, αλκοολικοί καθώς και οι πάσχοντες από πάσης φύσεως βαρέα νοσήματα.
8. Οι πολίτες καλό είναι να περιορίσουν τις μετακινήσεις τους στις περιοχές του κέντρου που διακρίνονται από υψηλή ατμοσφαιρική ρύπανση και αυξημένη κυκλοφορία.

Οι ευπαθείς κατηγορίες πληθυσμού είναι τα βρέφη, τα παιδιά προσχολικής ηλικίας, οι υπερήλικες καθώς και οι εργάτες, αγρότες, αθλητές κλπ. Κατά συνέπεια, ιδίως αυτοί, αλλά και όλοι οι υπόλοιποι, οφείλουν να επικοινωνήσουν αμέσως με το γιατρό τους ή τις υγειονομικές αρχές εφόσον εμφανίσουν και το παραμικρό σύμπτωμα το οποίο ενδεχομένως είναι αποτέλεσμα των καιρικών συνθηκών όπως ζάλη, κεφαλαλγία, ίλιγγο, υπνηλία, διαταραχές συμπεριφοράς, ναυτία, εμετούς, κράμπες κλπ.