

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ ΔΑΚΡΥΓΟΝΩΝ

1. ΠΟΥ ΔΡΟΥΝ ΚΑΙ ΤΙ ΠΡΟΚΑΛΟΥΝ ΤΑ ΔΑΚΡΥΓΟΝΑ

Το κυριότερο δακρυγόνο αέριο που χρησιμοποιείται στην Ελλάδα είναι το CS. Αυτό περιέχουν και οι χειροβομβίδες και τα ψεκαστήρια. Η κύρια χρήση του είναι στην αντιμετώπιση διαδηλώσεων και εξεγέρσεων στις φυλακές, σαν μέσο εξουδετέρωσης. Σε πολύ μικρές ποσότητες το CS έχει απλά μια ερεθιστική μυρωδιά. Σε μεγαλύτερες ποσότητες τα μάτια κλείνουν ανεξέλεγκτα, καίγονται και δακρύζουν ασταμάτητα. Η μύτη καίγεται και τρέχει και το υγρό δέρμα νιώθει έντονα καψίματα. Προκαλείται έντονος βήχας και ασφυξία στο λαιμό και το θώρακα. Συχνά παρατηρείται ζαλάδα ή ναυτία. Σε πολύ μεγάλες δόσεις προκαλούνται επικίνδυνα εγκαύματα στο δέρμα και εκτεταμένη καταστροφή των ιστών, ενώ η άμεση επαφή με τα μάτια μπορεί να οδηγήσει σε καταστροφή του κερατοειδούς. Προκαλούνται προβλήματα στο γαστρεντερικό σύστημα και φλεγμονές στο δέρμα και το αναπνευστικό σύστημα. Τα άτομα που πάσχουν από άσθμα ή υπέρταση μπορεί να αντιμετωπίσουν πολύ σοβαρότερα προβλήματα και να χρειαστεί η άμεση εισαγωγή τους σε νοσοκομείο. Όλα τα αποτελέσματα παρουσιάζονται 20 με 60 δευτερόλεπτα μετά τη ρίψη του δακρυγόνου και διαρκούν από 10 έως 30 λεπτά από τη στιγμή που μετακινούμαστε σε καθαρή ατμόσφαιρα. Το ψεκαστήρι αδειάζει με συνεχή χρήση 16 δευτερολέπτων, φτάνει αμέσως σε απόσταση 20-30 μέτρων και το δακρυγόνο διαχέεται σε απόσταση 200-300 μέτρων. Δεν επηρεάζεται από τη βροχή (έτσι λένε) ή τη θερμοκρασία της ατμόσφαιρας (εμείς ξέρουμε ότι το δροσερό νερό σε 15 λεπτά έχει εξουδετερώσει τη μισή δράση του δακρυγόνου). Η ευαισθησία στα δακρυγόνα διαφέρει από άτομο σε άτομο. Εξαρτάται από τη συναισθηματική κατάσταση, τη νευρική δραστηριότητα, τη θερμοκρασία και την υγρασία του σώματος. Όσο πιο θερμό και υγρό είναι το σώμα, τόσο μεγαλύτερη η δράση των δακρυγόνων.

2. ΣΤΟΙΧΕΙΩΔΗ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ

A. ΣΩΜΑ

Προληπτικά:

Πριν ξεκινήσουμε από το σπίτι, επιβάλλεται να έχει προηγηθεί ένα καλό μπάνιο, ώστε να απομακρυνθούν από το σώμα ακόμα και τα ίχνη λιπαρότητας, και να μειωθεί η δυνατότητα του σώματος να ιδρώνει.

Επιβάλλονται τα μακριά ρούχα για να αποφευχθούν τα εγκαύματα ή απλά ο πόνος που προκαλεί το κάψιμο στο δέρμα. Καλό είναι να αποφεύγονται τα συνθετικά ρούχα (για παράδειγμα ο μπουφάν flying) γιατί απορροφούν μεγάλη ποσότητα χημικών και ενισχύουν τον ιδρώτα, που βοηθά τα δακρυγόνα στη δράση τους και γίνεται πιο έντονο το κάψιμο. Να προτιμούνται τα βαμβακερά υφάσματα (κολεγιακά, φούτερ, τζην, βαμβακερές φόρμες, τα δερμάτινα μπουφάν δεν είναι πρόβλημα αλλά μόνο σε πολύ κρύο καιρό).

Σε περίπτωση έκθεσης σε δακρυγόνα, τα ρούχα πρέπει να αλλάζουν με την πρώτη ευκαιρία και να μπαίνουν αμέσως σε νερό με πολύ σαπούνι ή σε διάλυμα σόδας (ακολουθούν οδηγίες για την παρασκευή του διαλύματος σόδας) για τουλάχιστον 15 λεπτά. Έπειτα μπορούν να πλυθούν κανονικά.

B. ΛΑΙΜΟΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΟ

Οι πιο ευαίσθητες περιοχές είναι αυτές του λαιμού και του προσώπου, οι οποίες είναι συνήθως και οι πιο εκτεθειμένες στα δακρυγόνα. Το χημικό αέριο εκμεταλλεύεται την υγρασία του σώματος στα σημεία αυτά (λιπαρότητα δέρματος και ιδρώτας) για να δράσει.

Προληπτικά:

Πριν από οποιοδήποτε άλλο μέσο προστασίας, ο λαιμός και το πρόσωπο πρέπει να πλένονται πολύ καλά (αφήνοντας πυκνό διάλυμα σαπουνιού πάνω στο δέρμα για ένα δίλεπτο) με ένα πολύ αλκαλικό στερεό σαπούνι. Το πλύσιμο πρέπει να γίνει πριν ξεκινήσουμε για την πορεία. Το πλύσιμο αυτό βοηθάει στην απομάκρυνση οποιουδήποτε ίχνους λιπαρότητας από το δέρμα του λαιμού και του

προσώπου. Αυτό είναι απαραίτητο να γίνει γιατί τα λιπαρά συστατικά βοηθούν το δακρυγόνο να απορροφηθεί και να δράσει για τα καλά στο δέρμα.

Για το λόγο αυτό δεν πρέπει να μπαίνει και οποιαδήποτε λιπαρή κρέμα στο δέρμα ή τα χείλη, όπως για παράδειγμα βαζελίνη, liposan ή μακιγιάζ. Η βαζελίνη μπορεί να χρησιμοποιήθηκε στο παρελθόν σαν άμυνα απέναντι στα δακρυγόνα, αλλά τότε ο τύπος των δακρυγόνων ήταν εντελώς διαφορετικός. Σήμερα η βαζελίνη και τα λεμόνια είναι καταστρεπτικά για το δέρμα. Για να διατηρηθεί το δέρμα ξηρό, αναγκαίο είναι να χρησιμοποιηθεί στο πρόσωπο παιδική πούδρα μετά το πλύσιμο και το στέγνωμα του δέρματος.

Επειδή οι παιδικές πούδρες είναι πολύ άσπρες και μπορεί να μοιάζουμε με ζόμπι, εναλλακτικά μπορεί να χρησιμοποιηθεί μια πούδρα για μακιγιάζ (αυτές που κυκλοφορούν σε κουτί με καθρεφτάκι). Μια ποσότητα πούδρας ή το κουτάκι με το καθρεφτάκι πρέπει να τα έχουμε μαζί μας για να τα χρησιμοποιούμε όποτε, στη διάρκεια της πορείας νιώθουμε το δέρμα μας στο πρόσωπο υγρό ή λιπαρό. Πρέπει δηλαδή να έχουμε μαζί μας είτε ένα σακουλάκι το οποίο θα περιέχει πούδρα και ένα βαμβάκι εμποτισμένο στην πούδρα, είτε το κουτάκι των καλλυντικών. Στο πρόσωπο πρέπει να απλώνεται ομοιόμορφα μεγάλη ποσότητα πούδρας και να μένει για ένα δίλεπτο πριν σκουπιστεί ή να μην σκουπίζεται καθόλου. Πρέπει να απλώνεται και στα φρύδια ή τα γένια, αν και μάλλον οι περιοχές με τρίχες θα έχουν πρόβλημα στο άπλωμα. Η ξηρότητα που δημιουργεί η πούδρα είναι σωτήρια για το πρόσωπο σε περίπτωση που "φάμε" δακρυγόνα από μικρή απόσταση. Γενικά τα βαμβακερά υφάσματα βοηθούν στο να αποφεύγεται η άμεση επαφή του δέρματος με τα χημικά και να μειώνεται η αίσθηση του καψίματος. Για το λόγο αυτό καλά είναι ο λαιμός να είναι τυλιγμένος με ένα μεγάλο βαμβακερό μαντήλι ή ύφασμα με πυκνή ύφανση, το οποίο μπορεί να χρησιμοποιηθεί πάνω στο πρόσωπο σε περίπτωση ρίψης δακρυγόνων. Αν συμβεί αυτό, το μαντήλι πρέπει να αλλάχθει μια δυο φορές (ανάλογα με την ώρα που θα "τρώμε" χημικά και ανάλογα με την ποσότητά τους) με ένα φρέσκο, γιατί αν απορροφήσει μεγάλη ποσότητα δακρυγόνων, το αποτέλεσμα του θα είναι πολύ άσχημο για το δέρμα και για την αναπνοή. Άρα πρέπει να έχουμε μαζί μας τρία μαντήλια, ένα στο λαιμό και δύο εφεδρικά. Τα μαντήλια αν βραχούν για κάποιο λόγο, πρέπει να αλλάχτούν αμέσως. Διαφορετικά απορροφούν χημικά και υπάρχει μεγάλη πιθανότητα να λιποθυμήσουμε απότομα.

Γ. ΜΑΤΙΑ

Όσοι φορούν φακούς επαφής, καλό είναι στις πορείες να τους αντικαθιστούν με γυαλιά, τα οποία πρέπει να τα στηρίζουν με μια αθλητική κορδέλα (αυτό ισχύει γενικά για όσους φορούν γυαλιά, ανεξάρτητα από τα δακρυγόνα). Εάν φοράμε φακούς επαφής, μπορεί οι χημικές ουσίες να συσσωρευτούν στην περιφέρεια της επαφής του φακού με το μάτι, επειδή εκεί μαζεύονται περισσότερα υγρά και να προκληθεί σοβαρότατο έγκαυμα στο μάτι, που μπορεί να είναι και ανεπανόρθωτο.

Αν αποφασίσουμε ότι θέλουμε οπωσδήποτε να προφυλάξουμε τα μάτια μας, η μόνη λύση προς το παρόν είναι τα γυαλιά κολύμβησης. Αυτά πρέπει να είναι καλής ποιότητας, με μαλακό πλαστικό στα σημεία επαφής με το πρόσωπο ώστε να εφαρμόζουν αεροστεγώς. Γυαλιά πρέπει να χρησιμοποιούν έτσι κι αλλιώς όσοι έχουν οποιουδήποτε είδους αλλεργία στα μάτια.

ΜΕΓΑΛΗ ΠΡΟΣΟΧΗ:

Μεταξύ των γυαλιών και των ματιών μπορεί να δημιουργηθεί κατάσταση υποπίεσης, ειδικά αν τα φοράμε πολύ ώρα ή αν για κάποιο λόγο δεχτούμε χτύπημα στα μάτια. Αυτό σημαίνει ότι αν προσπαθήσουμε να τα βγάλουμε ή αν νιώσουμε τα μάτια να πιέζονται και επιχειρήσουμε να τα διορθώσουμε για να μην μας ενοχλούν, η κίνηση αυτή δεν πρέπει να γίνει απότομα γιατί ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΜΑΣ ΒΓΕΙ ΤΟ ΜΑΤΙ!!! (ιατρικά λέγεται αποκόλληση). Τι κάνουμε λοιπόν: πιάνουμε με δυο δάχτυλα μια ελαστική άκρη από τα γυαλιά κάτω από το μάτι και πάνω από το μάγουλο. Την ανασηκώνουμε ελαφρά, έτσι ώστε να καταλάβουμε ότι μπήκε λίγος αέρας. Μόνο μετά από αυτή την κίνηση είμαστε έτοιμοι να αφαιρέσουμε ή να διορθώσουμε τα γυαλιά. Καλό είναι να γίνουν μερικές πρόβες πριν τα γυαλιά αυτά χρησιμοποιηθούν στην πράξη. Επειδή πάντα τα γυαλιά μετά από κάποια ώρα χρήσης θαμπώνουν, καλό είναι να προμηθευτούμε ένα ειδικό αντιθαμβωτικό σπρέι σιλικόνης (από το μαγαζί

με αθλητικά είδη που θα πάρουμε τα γυαλιά) και να ψεκάσουμε τα γυαλιά μας σύμφωνα με τις οδηγίες.

ΠΛΥΣΕΙΣ ΣΤΑ ΜΑΤΙΑ

Βάλε το πάσχον άτομο να καθίσει ή να ξαπλώσει με το κεφάλι γεμμένο προς τα πίσω. Άνοιξε προσεκτικά τα βλέφαρα του ματιού και ξέπλυνέ το με αποστειρωμένο νερό ή φυσιολογικό ορό (NaC 0,9%). Επανάλαβε την ίδια διαδικασία και στο άλλο μάτι. Έλεγξε αν έχουν πλυθεί καλά και οι δύο επιφάνειες των βλεφάρων. Αν το μάτι είναι κλεισμένο σφιχτά λόγω σπασμού ή πόνου, ίσως χρειαστεί να ανοίξεις τα βλέφαρα με δύναμη αλλά μαλακά.

Δ. ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ: Οι αντιδράσεις είναι συνήθως ήπιες: εμετός και διάρροια.

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ: Πονοκέφαλος, ζαλάδα, σπάνια σπασμοί.

ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ: Μπορεί να εμφανισθεί υπέρταση (ειδικά σε όσους έχουν αντίστοιχο ιστορικό).

ΔΕΡΜΑ: Η άμεση έκθεση στο αέριο μπορεί να προκαλέσει εγκαύματα και κορτιζονούχες αλοιφές είναι αναγκαίες. Σε περίπτωση που έχεις σκοπό να απομακρύνεις τα οβίδια δακρυγόνου με τα χέρια πρέπει να φοράς πολύ χοντρά γάντια, γιατί αυτά κατά την εκτόξευση θερμαίνονται πολύ και μπορούν να προκαλέσουν σοβαρά εγκαύματα.

Ε. ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

ΜΥΤΗ: ρινόρροια, κάψιμο

ΚΑΤΩΤΕΡΟ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ: Η έκθεση στο δακρυγόνο μπορεί να προκαλέσει βήχα, αίσθημα καύσου, τοπικό οίδημα που μπορεί να προκαλέσει βρογχόσπασμο (σφύριγμα στην αναπνοή), κάτι που είναι πιο πιθανό και πιο επικίνδυνο αν πάσχει κάποιος/α από νόσημα αναπνευστικό, κυρίως άσθμα.

Ο ψεκασμός με το παρασκεύασμα της σόδας (βλέπε παρακάτω) θα βοηθήσει, αλλά σε περίπτωση βρογχόσπασμου θα χρειασθεί η χρήση βρογχοδιασταλτικών όπως το aerolin, dracanyl κλπ που αν κάποιος/α πάσχει από άσθμα, χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια ή αλλεργία πρέπει οπωσδήποτε να 'χει μαζί του (ΠΡΟΣΟΧΗ!: μη χρησιμοποιείς τα βρογχοδιασταλτικά σε περιοχή με μεγάλη συγκέντρωση δακρυγόνων στην ατμόσφαιρα). Σε περίπτωση έντονου προβλήματος (μεγάλη δύσπνοια και έντονο σφύριγμα στην αναπνοή) πρέπει να πάει κανείς στο νοσοκομείο.

Μάσκες ενεργού άνθρακα:

Αυτή είναι μια απλή μάσκα με ψήγματα ενεργού άνθρακα και βρίσκεται όπου πουλιούνται βιομηχανικά είδη. Τη φοράμε όταν δούμε τους μπάτσους να φοράνε τις δικές τους. Αντίστοιχες φορούν και αυτοί. Έχουν προβλήματα με τις μάσκες τους όπως κι εμείς: δυσκολεύονται στην αναπνοή και την κίνηση και δεν έχουν καλή εικόνα - ειδικά όταν υπάρχει ο καπνός των δακρυγόνων. Αυτό σημαίνει πως όταν πετάνε δακρυγόνα επιδιώκουν ταυτόχρονα να απομακρύνονται από εκεί όπου η συγκέντρωση του φαρμάκου είναι μεγάλη και επομένως δεν μπορούν να επιτεθούν αμέσως. Επιπλέον φορούν στολές που τους καθιστούν ιδιαίτερα δυσκίνητους. Αυτά όλα είναι πλεονεκτήματα για μας.

Σε περίπτωση έκθεσης σε δακρυγόνα: Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι ώσπου να δράσουν για τα καλά τα δακρυγόνα έχουμε περιθώριο 20 ολόκληρα δευτερόλεπτα για να αντιδράσουμε. Αυτό βέβαια ισχύει στην περίπτωση που δεν μας ρίχνουν οι έλληνες μπάτσοι το ψεκαστήρι απευθείας στη μούρη. Αυτό σημαίνει ότι προλαβαίνουμε να φορέσουμε τα γυαλιά αν είναι απαραίτητο αν τα έχουμε μαζί μας και να βάλουμε τις μάσκες (βλέπε παραπάνω) ή τα μαντήλια στο πρόσωπο. Είναι αυτονόητο ότι για να μείνουμε στη θέση μας και να τα κάνουμε όλα αυτά χρειάζεται ψυχραιμία και αποφασιστικότητα. Στην περίπτωση τώρα που τα δακρυγόνα δρουν και νιώθουμε σε μεγάλο βαθμό τις επιδράσεις τους στο πρόσωπο και το λαιμό, ο σίγουρος τρόπος για να ανακουφιστούμε αμέσως είναι να ρίξουμε στο δέρμα που καίγεται διάλυμα σόδας από ένα ψεκαστήρι για λουλούδια που θα έχουμε μαζί μας. Το διάλυμα αυτό πρέπει να το έχουμε φτιάξει στο σπίτι από την προηγούμενη μέρα.

Η διαδικασία **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΔΙΑΛΥΜΑΤΟΣ ΣΟΔΑΣ** είναι η εξής:

Ρίχνουμε μια μεγάλη κούπα νερό εντελώς γεμάτη (1/4 του λίτρου) σε μια μεγάλη κατσαρόλα. Τη βάζουμε στη φωτιά και όταν αρχίσει να ζεσταίνεται προσθέτουμε σιγά σιγά σόδα μαγειρική (υπάρχει στα σουπερ μάρκετ). Προσέχουμε γιατί συχνά η σόδα φουσκώνει και μπορεί να χυθεί από την κατσαρόλα. Σ' αυτή την περίπτωση απλά βγάζουμε κάθε τόσο την κατσαρόλα από τη φωτιά. Ανακατεύουμε συνέχεια και δεν αφήνουμε το νερό να βράσει, αλλά σβήνουμε τη φωτιά και συνεχίζουμε να ρίχνουμε τη σόδα μέχρι να μπορεί να διαλυθεί. Όταν δεν μπορεί να διαλυθεί σταματάμε. Αφήνουμε το διάλυμα να κρυώσει, το βάζουμε (όσο χωράει) σε ένα μικρό ψεκαστήρι για λουλούδια προσέχοντάς το να μην μπει καθόλου στέρεη σόδα που μπορεί να υπάρχει στον πάτο της κατσαρόλας, και το αφήνουμε στο ψυγείο. Καλό είναι πριν ξεκινήσουμε για την πορεία να το βάλουμε στην κατάψυξη για μισή ώρα, έτσι ώστε αν χρειαστεί να το χρησιμοποιήσουμε να είναι κρύο. Ή μπορούμε πριν φύγουμε από το σπίτι να ρίξουμε στο ψεκαστήρι μερικά παγάκια. Αυτό είναι απαραίτητο, γιατί η αντίδραση της σόδας με το δακρυγόνο παράγει επιπλέον θερμότητα. Επίσης το δροσερό διάλυμα ανακουφίζει τρομερά και σε πολύ μικρό χρόνο εξουδετερώνει το δακρυγόνο. Ψεκάζοντας της σόδα στο πρόσωπο θα συνέλθουμε αμέσως. Προσοχή! Αν δεν φοράμε τα γυαλιά κολύμβησης, τα μάτια πρέπει να είναι κλειστά όταν ψεκάσουμε τη σόδα στο πρόσωπο και δεν πρέπει να ανοίξουν πριν τα ακουμπήσουμε εξωτερικά με ένα στεγνό μαντήλι που δεν έχει δεχτεί δακρυγόνα. Δεν τρίβουμε σε καμία περίπτωση το πρόσωπο, το λαιμό και τα μάτια! Λίγο υπομονή και ψυχραιμία και σε λίγα λεπτά έχει περάσει η δράση του δακρυγόνου. Αντίστοιχα μπορεί να χρησιμοποιηθεί αραιωμένο σε νερό Maalox (αντιόξινο που χρησιμοποιείται για την επιγαστραλγία). Επίσης αυτό μπορεί να χρησιμοποιηθεί και για πλύσεις του στόματος, αλλά προσοχή χρειάζεται να μην το καταπιούμε. Όταν βρεθούμε στο σπίτι ή σε άλλο ασφαλές σημείο πρώτα αλλάζουμε τα εξωτερικά ρούχα. Στη συνέχεια πλένουμε πρώτα τα χέρια με κρύο νερό και ένα στερεό αλκαλικό σαπούνι δύο φορές. Έπειτα πλένουμε το πρόσωπο και το λαιμό δύο φορές με το ίδιο σαπούνι. Έτσι θα είμαστε σε λίγη ώρα απολύτως καλά.

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΧΕΙΣ ΜΑΖΙ ΣΟΥ ΣΕ ΜΙΑ ΠΟΡΕΙΑ:

Τουλάχιστον ένα μπουκάλι νερό.
Διάλυμα σόδας ή διάλυμα Maalox σε ψεκαστήρι.
Έναν ελαστικό επίδεσμο.
Ένα καθαρό μπλουζάκι και δύο επιπλέον μαντίλια μέσα σε μια νάυλον σακούλα.
Μια νάυλον σακούλα για να βάλεις μέσα τα εκτεθειμένα στα δακρυγόνα ρούχα σου.
Γυαλιά κολύμβησης.
Ένα καπέλο για τον ήλιο.
Τα φάρμακα που τυχόν παίρνεις (π.χ. βρογχοδιασταλτικά, ινσουλίνη κλπ).