

Etxeko istripuak: seguru ote gaude?

Azken urteotan, etxeko istripuak bikoiztu egin dira gure herrialdean, zaharren eta adin txikiko umeen artean batik bat. Eta lesiorik gehienak larriak ez diren arren, beti ebita daitezke, neurri simple batzuk hartze hutsarekin.

Jabier Agirre*

B. Kortabarria



Ikerketa eta estatistikek diotenez, etxean istripu gehien gertatzen diren orduak eguerdikoak (11-12 bitartean) eta arratsaldeko 6ak dira.

Emakumeak, 45 urtetik gorakoak batez ere, dira istripurik gehien jasaten dituztenak (betidanik horrela izan da, beraiek baitira etxean ere ordu gehien egiten dituztenak). Adineko pertsonak eta haurrek dira arrazoi hori dela medio, urgentzietako zerbitzuetara bisitaldi gehien egiten dituzten beste kolektiboak.

Espainiako Traumatologi Elkartearen buru den Antonio Herrera doktoreak dioen bezala, "pertsona edadetuetan usuen erorketak dira, aldakako, eskumuturreko eta sorbaldako hausturak sorrarazten dituztenak. Umeetan, berriz, istripurik ohizkoenak ebakiak eta zauriak izaten dira, elektrizitateagatiko istripuak, eta garbiketa-produktuengatiko, aerosol in-sektizida edo detergenteeetako intoxikazioak." Eta, noski, sukaldea eta bainuge-

lak dira istripurik gehien gertatzen direneko gelak, eta atzetik datoz eskailerak eta balkoiak.

Zer egin prebentzio-gisa helduetan?

Arrisku-egoera guztiei aurrea hartzerik ez dago, baina horietako asko bazter daitezke, egunero-egunero egiten ditugun ekintza edo jarduera batzuk zuzenduz, eta etxebizitza behar bezala egokituz, batez ere mugitzeko gaitasuna eta erre-akzio-ahalmenak gutxituak dituen adineko pertsona batekin bizi baldin bagara. Ondorengo aholku hauek (bereziki pertsona-talde horrentzat pentsatuak, baina baita gainerako familiarakoentzat ere) istripu posibleak ebitatzen lagunduko dizute:

* Behar izango dituzten gauzak ez dira leku altuetan gorde edo pilatu behar. Erabiltzaileen eskura utzi behar dira,

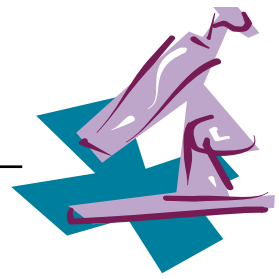
horrela ez baitu aukira igo beharko haiek hartu eta erabili nahi dituzte.

* Botikak hartzen baditu, gogorazi iezaiozu hartu beharreko dosia, fraskoaren gainean ohartxo bat itsatsiz. Horrela, ez da nahastuko farmakoak ahoratzerakoan.

Botikak hartzen dituen adineko batekin bizi bazara, gogorazi iezaiozu hartu beharreko dosia zein den, fraskoaren gainean ohartxo bat itsatsiz.

Artibokoa





Artibokoa

Mugitzeko gaitasuna eta erreakzio-ahalmenak gutxituak dituen pertsona batekin bizi baldin bazara, kontuz alfonbrekin istripu askoren eragile baitira.

- * Adineko pertsonak sarritan joaten dira komunera, baita gauez ere. Eta arrazoi horixe izaten da erorketa gehien ekartzen dituen egoeretako bat, gainerako senideak ez molestatzeko ez baitute askotan argirik pizten eta ilunpetan ibiltzen baitira. Bainugelatik hurbilen dagoen gelan egin beharko lukete lo, eta erraz iristeko moduko interruptoreak jarri behar zaizkie ohetik gertu.
- * Kontuz alfonbrekin istripu asko eragiten baitira horietan oztopotu eta eroriz. Banda itsasgarriekin lurzorura lotzea komeni da. Mokekak ere oso soluzio egokia dira erorketak amortiguitzeko.
- * Ahal dela lurzoru bustiak ebitatu behar dira; bai sukaldean eta baita komunean ere kontuz zeramikarekin, nekez lehortzen baitira. Bestalde, etxe osoko lurzoruak gehiegi ez ziratzea komeni da (kontuz, bada, argizariarekin).
- * Ez-ohizko egoeretan (oporretan, esate baterako) edota ospitalean egun batzuk igaro ondoren, arreta berezia edukitzea komeni da. Frogatuta dago egoera horietako ohitura-aldaketek erorketa-kopurua gehitzea dakartela.
- * Ez pilatu etxe barruan adineko pertsonarentzat oztopo edo traba besterik izango ez diren altzariak.
- * Gomazko zola duten zapatak edo zapatilak etxean erabiltzea oso ideia ona, labainkada eta irristada beldurgarriak ebitatzeko.
- * Bainu-ontzietan edo dutxetan gertatzen diren erorketa ugariak prebenitzeko, labainkaden kontrako gomazko

itsasgarriak jartzea komeni da, eta baita heltzeko moduko dispositiboak paretetan ere. Azken gailu hauek oso baliagarriak izango dira komunean eseri edo bertatik jaikitzeko unean, batez ere zangoetan astrosia dutenentzat.

Etxekoanderearen istripuak

Kontu berezia eduki ondoren aipatuko diren egoeretan, eta ez egin inoiz gehiegikeriarik etxean disgusturen bat eduki nahi ez baduzu, behintzat.

- * Parte altuak garbitzerakoan. Aulkiren batera igotzen bazara, ziur egon zure pisuari eusteko modukoa eta sendoa dela. Hobe zenuke, dena den, eskailleraren bat erabiltzea.
- * Kontuz leihoetako kristalak garbitzerakoan. Kalera begira daudenak garbitzeko erabili tresna luze samarren bat, inoiz ez saiatu esku bakarrarekin eta gorputz-erdia kanpora ateraz.
- * Presioko lapikoa irekitzerakoan, lasai, utzi behar adina hozten. Presaka bazabiltza, bota iezaiozu ur hotza gainera, txorrotada bat edo beste, baina inoiz ez murgildu lapikorik.
- * Batidora edota haragia xehetzekoan inoiz ez garbitu entxufatuak badaude. Aparatua oraindik ere korrante elektrikoari lotua badago, inoiz ez da eskurik sartu behar kutxila edo hortz zorrotzen artean.
- * Ez utzi sukaldeko trapurik edo plastikozko poltsarik suaren ondoan.

Eta umeen kasuan, zer?

Ondorengo gomendioak baliogarriak izan daitezke:

Umeetan istripurik ohizkoenak ebakiak eta zauriak izaten badira ere, nahikoa usuak dira erreduarak.



E. Arrojeria

- * Sukaldean, zartagin eta eltzeen heldulekuak beti barrurantz utzi; detergenteak eta bestelako garbikariak giltzapean edo leku altu batean gorde; ez utzi umea labera hurbil dadin piztuta badago; eta ez utzi umea sukaldean bakarrik, sutan zerbait baldin badago, batez ere.
- * Ez utzi plastikozko poltsarik umearen eskueran.
- * Etxeko entxufe guztietan segurtasun-gailuak jarri.
- * Leihoren bat irekita utziz gero, ez dila inguruan aulkirik egon, bertara igo ez dadin. Ahal bada leihoak eta balkoiak baranda osagarriekin babestu.



B. Kortabarría

Umerik baduzu, detergenteak eta bestelako garbikariak giltzapean edo leku altu batean gorde.

- * Ez utzi lisaburdin berorik umeen eskueran.
- * 3 urtetik azpikoa bada, umeak ez luke objektu txikiakin edota pieza desmontagarri txikiak dituzten jostailuekin jolastu behar.
- * Botikak leku altuan gorde, eta ahal bada giltzapean.
- * Ez gorde inoiz garbiketako produkturik edarien enbaseetan.
- * Alkohola eta tabakoa helduentzat dira; ez utzi umeen eskura.
- * Ez utzi umei etxetresna elektriko txikiakin jolasean (batidora, lehorgailua, berogailuak, etab.)
- * Eskaileren aurrean barandak jarri.



* Medikua eta OEEko kidea.