

## ACCIDENTS A LA PLATJA. CONSELLS PRÀCTICS

### 1.- Què he de fer si em pica una medusa?

La presència de meduses en les aigües mediterrànies és un fenomen cada cop més freqüent i que ja s'ha convertit en una constant dels nostres estius.

És recomanable no banyar-se en aigües on hi ha meduses. Encara que les veiem lluny de la línia de costa, les ones trenquen els seus tentacles, que poden arribar a la vora, així com algunes cèl·lules, que queden despreses i que poden persistir urticariants.

Les picades de medusa solen ser lleus, excepte les ocasionades per espècies del Pacífic. En el nostre medi, encara que no són greus, són molestes i doloroses. Davant d'una picada de medusa cal:

No rascar la zona afectada.

Netejar la zona amb aigua salada o sèrum fisiològic. Mai amb aigua dolça!

L'aplicació d'amoníac pot servir d'antídot, però normalment no se'n disposa a la platja.

Aplicar fred sobre la picada. Això es pot fer mitjançant una bossa amb gel.

Extreure qualsevol tentacle que estigui adherit a la pell, amb unes pinces.

El vostre metge us recomanarà un tractament amb antihistamínics orals o corticoides tòpics, segons l'extensió i les molèsties que us ocasioni la picada.

### 2.- He trepitjat un eriçó a la platja...

Si has trepitjat un eriçó a la platja, caldrà que et desinfectis bé la zona. Caldrà netejar-la amb aigua i sabó i aplicar-hi algun antiseptic tòpic com la clorhexidina o la povidona iodada. Si han quedat pues, és recomanable la seva extracció amb unes pinces fines. Existeix el risc d'infecció de la ferida. En aquest cas caldrà consultar el vostre metge per a què us indiqui quin antibiòtic heu de prendre.

Si no estem vacunats correctament de la vacunació antitetànica, caldrà rebre una dosi de record i/o la gammaglobulina específica, que s'administra al servei d'urgències o al vostre ambulatori.

### 3.- He trepitjat una aranya de mar...

L'aranya de mar és un crustaci que viu enterrat a la sorra del mar. És difícil veure-les per la qual cosa les podem trepitjar sense adonar-nos-en.

La zona que ha entrat en contacte amb l'animal s'inflama i es torna intensament dolorosa després d'uns 60 minuts. Pot aparèixer necrosi cutània i sobreinfecció bacteriana.

El verí de l'aranya de mar és termolàbil, així que és recomanable submergir la zona afectada en aigua calenta a uns 45° durant uns 60 minuts. Pot ser necessari l'ús d'antihistamínics, analgèsics o antibiòtics segons el cas.