

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	13
-----------------------	----

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Ιατρική φροντίδα αθλητών στους αθλητικούς χώρους	15
---	----

1.1 Αθλητίατρος – Ιατρός ομάδος	15
1.2 Ιατρός αγώνα	16
1.3 Ιατρική κάλυψη αθλημάτων μαζικής συμμετοχής	20
1.4 Ιατρείο αθλητικών χώρων	21
1.5 Σακίδια πρώτων βοηθειών	24
1.6 Αυτόματος εξωτερικός απινιδωτής (AED)	27
1.7 Συστήματα τηλεϊατρικής βοήθειας	32
1.8 Μεταφορά τραυματία αθλητή	35
1.9 Ενδεικτικά αποσπάσματα από την σχετική νομοθεσία	43
Βιβλιογραφία	54

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Πρώτες βοήθειες σε κακώσεις του μυοσκελετικού συστήματος	55
---	----

2.1 Αθλητικές κακώσεις του μυοσκελετικού συστήματος	55
2.2 Πρώτες βοήθειες σε αθλητική κάκωση	63
2.3 Κακώσεις αυχενικής μοίρας σπονδυλικής στήλης	74
2.4 Κρανιοεγκεφαλική κάκωση – Διάσειση	76
2.5 Κάκωση οφθαλμού	82
2.6 Ρινορραγία	84
2.7 Κάκωση γνάθου-οδόντων	84
2.8 Κάκωση γλώσσας	85
2.9 Κακώσεις θώρακα	86
2.10 Κακώσεις κοιλιακής χώρας	87
2.11 Ενδεικτικά βοηθήματα από διεθνείς ιστοσελίδες	89
Βιβλιογραφία	93

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Πρώτες βοήθειες σε καρδιαγγειακές διαταραχές	95
---	----

3.1 Αιφνίδιος καρδιακός θάνατος	95
3.2 Πρώτες βοήθειες σε οξύ έμφραγμα μυοκαρδίου	113

3.3	Πρώτες βοήθειες σε ταχυκαρδιακά επεισόδια	116
3.4	Πρώτες βοήθειες σε βραδυκαρδίες	120
3.5	Υποτασικό επεισόδιο – Ορθοστατική υπόταση	121
3.6	Υπερτασικό επεισόδιο	123
3.7	Οξύ πνευμονικό οίδημα	124
3.8	Καταπληξία (Shock)	127
3.9	Ενδεικτικά βοηθήματα από διεθνείς ιστοσελίδες	130
	Βιβλιογραφία	136

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

	Πρώτες βοήθειες σε διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος ...	137
4.1	Κρίση βρογχικού άσθματος – Ασκησιογενής βρογχόσπασμος	137
4.2	Οξεία αναπνευστική ανεπάρκεια	141
4.3	Άλλες οξείες αναπνευστικές ασθένειες	143
4.4	Πνευμοθώρακας	145
4.5	Πνιγμός	146
4.6	Πνιγμός σε νερό	148
4.7	Ενδεικτικά αποσπάσματα από σχετική νομοθεσία για Ναυαγοσωστική ...	152
	Βιβλιογραφία	158

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

	Διαταραχές υγείας σε ακραίες κλιματολογικές συνθήκες	159
5.1	Θερμορρύθμιση – Ισορροπία νερού κατά την άσκηση	159
5.2	Πρώτες βοήθειες σε αφυδάτωση	163
5.3	Πρώτες βοήθειες σε υπερθερμία - θερμοπληξία	165
5.4	Πρώτες βοήθειες σε υποθερμία - Κρυοπαγήματα	167
5.5	Καταδυτική νόσος	170
5.6	Οξεία νόσος των όρεων	176
5.7	Ραβδομύλυση	180
5.8	Ενδεικτικά βοηθήματα από διεθνείς ιστοσελίδες	182
	Βιβλιογραφία	186

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

	Πρώτες βοήθειες σε διαταραχές του πεπτικού συστήματος	187
6.1	Οξεία κοιλιακά άλγη	187
6.2	Οξεία γαστρίτιδα – Οξεία γαστρεντερίτιδα	189
6.3	Γαστρορραγία	190
6.4	Οξεία δηλητηρίαση	191
6.5	Ενδεικτικά βοηθήματα από διεθνείς ιστοσελίδες	194
	Βιβλιογραφία	197

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

Πρώτες βοήθειες σε δερματικές παθήσεις	199
7.1 Κνίδωση	199
7.2 Ηλιακά εγκαύματα δέρματος	201
7.3 Οξείες δερματικές διαταραχές σε κολυμβητές	202
7.4 Οξεία μυκητίαση στο πόδι του αθλητή	202
7.5 Ενδεικτικά αποσπάσματα από την σχετική νομοθεσία	203
Βιβλιογραφία	208

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8

Άλλες διαταραχές	211
8.1 Ηλεκτροπληξία	211
8.2 Κεραυνοπληξία	211
8.3 Πρώτες βοήθειες σε δήγματα	212
8.4 Πρώτες βοήθειες σε επιληπτική κρίση	217
8.5 Ενδεικτικά βοηθήματα από διεθνείς ιστοσελίδες	219
Βιβλιογραφία	220

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Ο ρόλος της Αθλητιατρικής στις πρώτες βοήθειες	221
---	-----