



1

Αλλάζουμε τη σπίριξη και τοποθετούμε τα χέρια από το πάνω μέρος του κεφαλού προς τον λαιμό. Έτσι μπορούμε να ανασπάσουμε ελαφρά το σαγόνι του τραυματία με τους δείκτες, διευκολύνοντας την αναπνοή του



2

Τοποθετούμε τα δύο χέρια στο κάτω μέρος του κράνους, τραβάμε πολύ ελαφρά το κεφάλι του ξαπλωμένου τραυματία ευθυγραμμίζοντάς το με το σώμα και σταθεροποιώντας έτσι τη σπονδυλική σπίλη. Επόμενη κίνηση της ζελατίνας για βελτίωση της αναπνοής και την αφαίρεση τυχόν γυαλιών που φορά ο τραυματίας



3

Ενώ σταθεροποιούμε το κεφάλι σε αυτήν τη θέση με τα δύο χέρια, κάποιος άλλος φροντίζει να απασφαλίσει το λουρί που το κρατάει, είτε πιέζοντας το κόκκινο μπουτόν στην πόρρη είτε χαλαρώνοντας το λουρί ανάμεσα από τους κρίκους συγκράτησης, ανάλογα με τον τρόπο πρόσδεσης που διαθέτει το συγκεκριμένο κράνος



4

Περνάμε τα χέρια ανάμεσα στο κράνος και το κεφάλι με τέτοιο τρόπο ώστε οι αντίκειρες να αγγίζουν τα αυτά και τα υπόλοιπα δάκτυλα το πίσω τμήμα της κεφαλής. Πρέπει να σημειωρευτούμε ότι συγκρατούμε σταθερά το κεφάλι και σε ευθεία με τη σπονδυλική σπίλη



5

Το δεύτερο άτομο κρατά το κράνος από τις δύο πλευρές και πιέζοντας προς τα έξω την εσωτερική επένδυση τραβάει σιγά σιγά και με απόλυτη προσοχή το κράνος προς τα πάνω, χωρίς να τραβάει και το κεφάλι του τραυματία, ενώ το κατευθύνει με τέτοιο τρόπο ώστε η μύτη να μην εμποδίζει την αφαίρεσή του



6

Αφού αφαιρεθεί το κράνος, το κεφάλι του τραυματία πρέπει να συνεχίσει να κρατέται σταθερό στην ευθεία θέση, ώστε να μην πειραχτεί κάποιος σπόνδυλος ή κάποιο νεύρο στον αυχένα, μέχρι την έλευση των γιατρών και του ασθενοφόρου

# Βγάλτε το κράνος - σώζει ζωές!

Η έγκαιρη αφαίρεση του κράνους από κάποιον αναβάτη που έχει εμπλακεί σε ατύχημα μπορεί να του σώσει τη ζωή. Απλώς πρέπει να γίνει γρήγορα και με τον σωστό τρόπο

**Π**αλαιότερα πίστευαν ότι η αφαίρεση του κράνους μοτοσυκλετιστή που έχει εμπλακεί σε ατύχημα έπρεπε να γίνεται αποκλειστικά από έμπειρους γιατρούς ή νοσοπλευτές πρώτων βοηθειών και όχι από τους παρευρισκομένους στον τόπο του ατυχήματος. Ο κύριος λόγος γι' αυτό είναι το ρίσκο να προκληθεί σοβαρός τραυματισμός της σπονδυλικής στήλης στην περιοχή του αυχένα από την επιπλόλαιη προσπάθεια κάποιου να αφαιρέσει το κράνος ενός αναβάτη που πιθανόν δεν έχει τις αισθήσεις του.

Πρόσφατες έρευνες όμως της πασίγνωστης γερμανικής λέσχης αυτοκινήτου ADAC και των επιστημόνων που ασχολούνται με τις συνθήκες και τις επιπτώσεις διαφόρων ατυχημάτων δείχνουν ότι το σωστό είναι να αφαιρείται άμεσα το κράνος από κάποιον μοτοσυκλετιστή που έχει εμπλακεί σε ατύχημα. Φυσικά αυτό πρέπει να γίνει από τους άμεσα παρευρισκομένους στον τόπο του ατυχήματος, αφού ο χρόνος που θα περάσει μέχρι την άφιξη του ασθενοφόρου και των γιατρών μπορεί να αποβεί εις βάρος του

παθόντα. Οι πιθανότερες πιναγμού από αίμα λόγω εσωτερικής αιμορραγίας ή ακόμα από κατάποση σπασμένων τμημάτων του προσώπου είναι πολύ μεγαλύτερες, ενώ δεν μπορεί να του δοθεί το «φιλί της ζωής» σε περίπτωση που έχει σταματήσει η αναπνοή. Όλα αυτά ισχύουν και στην περίπτωση διαιρούμενου κράνους, στο οποίο το εμπρός τμήμα ανασπάνεται, ή κράνους τύπου Jet. Δυστυχώς, η πλειονότητα των Ελλήνων οδηγών βρίσκονται εντελώς απροετοίμαστοι και χωρίς καμία εξοικείωση στη θέα ενός μοτοσυκλετιστή στην άσφαλτο και αρκούνται μόνο στο να καλέσουν την Τροχαία ή τις Πρώτες Βοήθειες. Στις υπόλοιπες ευρωπαϊκές χώρες είναι σχεδόν υποχρεωτική η στοιχειώδης εκπαίδευση όλων των οδηγών στην παροχή πρώτων βοηθειών, με τρίωρα μαθήματα που γίνονται δωρεάν από τον Ερυθρό Σταυρό ή από αντίστοιχα ιδρύματα, κάτι που δεν ισχύει μέχρι σήμερα στη χώρα μας. Τμήμα της εκπαίδευσης είναι και η αφαίρεση του κράνους, δείχνοντας με τις φωτογραφίες πώς πρέπει να χειριστούμε σωστά μια τέτοια περίπτωση.