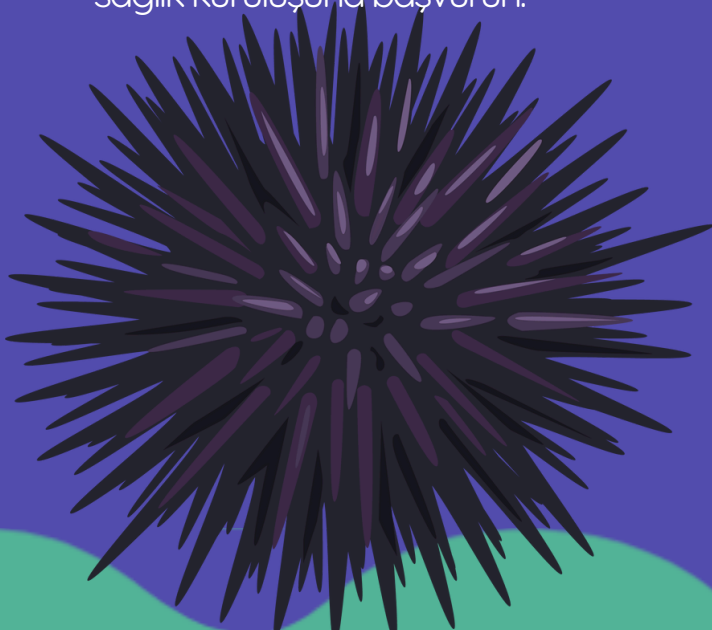


## Deniz Kestanesi

- Kayalık ve deniz tabanında bulunur.
- Üzerine basılırsa dikenleri batar, ağrı yapar.
- 40-45°C sıcak suya sokun.
- Ayağınızı veya sokulan bölgeyi bol sabunlu suyla yıkayın.
- Yüzeyde görünüyorsa, kırılmamış ve tam olarak çıkıntı yaptıysa cımbızla çıkarılabilir.
- Zorlanırsa kesinlikle devam etmeyin, kırılabilir ve daha derine girebilir.
- Şişlik, kızarıklık, ısı artışı veya ağrının artması durumunda mutlaka bir sağlık kuruluşuna başvurun.



## DENİZ KESTANESİ VE TRAKONYA SOKMASI

Tatiliniz sağlıklı geçsin, dikkatli olun!



- Korunma Önerileri
- Deniz ayakkabısı giyin.
- Kayalık ve siğ sulara dikkatli olun.
- Çocukları gözlemleyin.

## Trakonya Balığı

- Siğ sulara saklanır, dikenleri zehirlidir.
- Isırık benzeri ani ağrı, şişlik yapar.
- Sudan çıkın.
- **İlk önce sıcak suyla (40-45°C) 30-90 dk ıslatın.**
- Buz uygulamayın.
- Şikayetleriniz devam ederse sağlık kuruluşuna başvurun.

