

ДОМАШНЯЯ

АП

КА





домашняя аптечка — аптечка, т.е. набор лекарственных средств, инструментов и приспособлений, предназначенных для оказания первой помощи и медикаментозной помощи в порядке само- и взаимопомощи членами одной семьи в домашних условиях.



ЗАЧЕМ НУЖНА ДОМАШНЯЯ АПТЕЧКА?

- ❑ **Домашняя аптечка** будет полезна лишь в том случае, если, помимо перевязочных материалов, в ней будут лекарственные препараты, применяемые в экстренных случаях. Аптечку следует хранить в прохладном, недоступном для детей месте. Важно также, чтобы на каждой коробочке была этикетка с названием и сроком годности содержимого.
- ❑ Рекомендуется покупать лишь необходимое количество лекарственных препаратов, не делая запасов, так как длительное хранение приводит к различным химическим изменениям в них.

КАК СОСТАВИТЬ ДОМАШНЮЮ АПТЕЧКУ?



Содержание домашней аптечки многим зависит от того, какого возраста люди ею пользуются, какими хроническими заболеваниями они страдают и т.д. Дома очень удобно иметь готовый набор по оказанию первой помощи. Не следует полагать, что нижеуказанные рекомендации являются единственно правильными. Необходимо посоветоваться с семейным врачом.



СОСТАВ АПТЕЧКИ



□ Снотворные

С давних пор известно успокаивающее действие валерианы, мяты и хмеля. Их употребляют в виде чая, капель или таблеток.

□ Чувство беспокойства, повышенная нервная возбудимость

Показано употребление препаратов валерианы, а также лекарственных средств, в состав которых входит зверобой.

□ Боль

Если у Вас болит голова, то Вам может помочь таблетка от головной боли. Однако болеутоляющие лекарства должен назначать врач.

□ Простуда

Самые распространенные лечебные средства - чай из цветков липы, аэрозоль для носа, лекарства от болей в горле, ингаляции. Для профилактики показаны препараты.

□ **Заживление ран**

Используются мази и гели с противомикробным действием. Для дезинфекции открытых ран используют растворы перекиси водорода, йода, марганца.

□ **Вывих, ушиб**

В аптечке обязательно должна быть охлаждающая мазь, способствующая улучшению кровообращения, а также болеутоляющие лекарства.

□ **Ожоги**

Помогает охлаждающий гель и противоожоговые препараты.

□ **Диарея (понос)**

Активированный уголь - первый помощник. Всегда держите его в аптечке.

□ **Запоры**

Здесь понадобятся слабительные. Их подбирает врач.

□ **Нарушения пищеварения**

Облегчение принесет чай из ромашки или полыни, а также карлсбадская соль.

□ **Укусы насекомых**

При повреждении
алл

ти
ать



ВНИМАТЕЛЬНОЕ ЧТЕНИЕ ИНСТРУКЦИИ К ЛЕКАРСТВУ



- После приобретения лекарства обязательно ознакомьтесь с инструкцией. Если Вы что-то не поняли, то обратитесь к своему семейному врачу или аптекарю. Очень важно знать о действии препарата и о противопоказаниях к его применению.
- Длительное применение аэрозоля для носа может повредить слизистую оболочку носа. Некоторые лекарственные препараты после вскрытия нужно использовать в кратчайший срок (например, глазные капли). Это всегда указано в инструкции.
- Проверяйте срок годности препаратов, указанный на упаковке. Лекарства для употребления внутрь следует хранить отдельно от применяемых наружно. Не используйте препараты с истекшим



ОБЯЗАТЕЛЬНО ДОЛЖНЫ БЫТЬ В СОСТАВЕ ДОМАШНЕЙ АПТЕЧКИ

- ✓ Боль, беспокойство, бессонница: снотворные; обезболивающие; седативные лекарства.
- ✓ Инфекционные заболевания: жаропонижающие, капли для носа.
- ✓ Кожа, мышцы, опорно-двигательный аппарат: средства, заживляющие раны, а также противоожоговые лекарственные препараты.
- ✓ Пищеварение: отболи в желудке, поноса, слабительные.
- ✓ Другие: глазные капли; сердечно-сосудистые средства.
- ✓ Перевязочные материалы



ДЛЯ ЧЕГО НЕОБХОДИМЫ ПЕРЕВЯЗОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ?

Перевязочные материалы, хранящиеся в домашней аптечке, должны быть предназначены только для двух основных случаев:

- 1) Во-первых, для применения при незначительных повреждениях, когда можно обойтись без помощи врача или фельдшера.
- 2) Во-вторых, важно, чтобы перевязочные материалы по оказанию первой помощи можно было использовать и в случае серьезных повреждений, но временно, только до прибытия врача или фельдшера.



ОСНОВНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ДЛЯ ПЕРЕВЯЗКИ



- Перевязочный бинт. Бинты разной ширины.
- Перевязочная марля. Отдельные или намотанные на палочку кусочки марли. Многослойные тампоны для ран.
- Повязка в упаковке. Прикрепленный к бинту тампон.
- Палочки. Для очистки раны.
- Маленькие ножницы и пинцет. Необходимые принадлежности.
- Средства для дезинфекции ран. Йод, аэрозоли, антибактериальные мази.
- Эластичный бинт. Его конец закрепляется скрепками, находящимися в упаковке.
- Треугольная повязка. Нужна при переломах конечностей.
- Аэрозольный пластырь. Быстро помогает при небольшой, несильно кровоточащей ранке.
- Пластырь. Разных размеров, надо всегда иметь под рукой. Особенно удобно использовать отдельно упакованные нарезанные кусочки пластыря.
- Гель или эмульсия для ран и от ожогов. Утоляет боль, способствует заживлению.
- Вата. Идеально подходит для очищения кожи и в качестве мягкой опоры, но вату нельзя накладывать на рану!

ГДЕ ХРАНИТЬ ПЕРЕВЯЗОЧ МАТЕРИАЛЫ?



Где Вы будете хранить эти материа...

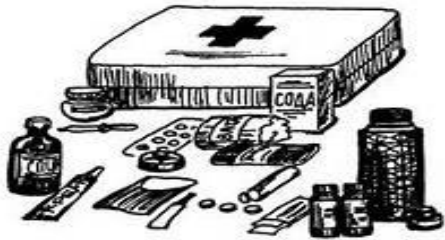
решать Вам, однако их не следует держать в ванной. Место должно быть сухим, чистым, прохладным, легко доступным, чтобы в случае несчастья их можно было быстро взять. Покажите место хранения коробочки детям и расскажите о ее содержимом.



Домашняя аптечка должна содержаться в порядке. Для нее лучше всего подойдет специальная вместительная коробочка, в которой перевязочные материалы и лекарства должны быть сложены так, чтобы они не выпадали, когда ее открывают. Лекарства и перевязочные материалы в аптечке можно разложить по отделениям, чтобы их можно было легко взять и воспользоваться ими.



ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПРИЕМА ЛЕКАР



- ❖ во избежание рецидива, антибиотики след. конца курса лечения. Чтобы ускорить выздоровление, не увеличивайте дозу, как многие ошибочно это выполняют - это может спровоцировать отравление. Лекарства для взрослых, даже уменьшив дозу - давать детям нельзя. Если ребенок отказывается принимать лекарства в определенной форме выпуска (таблетки или свечи), попросите лечащего врача выписать другие формы препаратов - для большинства детских медикаментов, есть замена в другой форме.
- ❖ Не стоит действовать на свой страх и риск, применяя различные лекарства, - требуется соблюдать указания врача, если не уверены или не поняли - уточнить.
- ❖ Прежде, чем измельчать таблетки, посоветуйтесь с лечащим врачом. Таблетки, с оболочкой, устойчивой к желудочному соку измельчать нельзя. Вещества таких таблеток должны освободиться от оболочки только в кишечнике, иначе их разрушит кислота кишечного сока. Измельчать драже, тоже не рекомендуется, так как активные вещества высвободятся преждевременно.

- ❖ Вскрывая капсулы, вы рискуете тем, что лекарства не подействуют или появятся побочные эффекты такого лекарства.
- ❖ Давать капли рекомендуется с ложки и запивать водой. Фруктовым соком или газированным напитком запивать нельзя, так как кислота этих напитков разрушит активные вещества (к примеру - антибиотики). Залив капли в бутылочку, не получится дать точную дозировку, потому что какая-то часть останется.
- ❖ Если ребенка вырвало в первый час после приема лекарств, дайте ему через час еще такую же дозу. Если, после этого, вырвало повторно - необходимо обратиться к врачу.
- ❖ Если вовремя забыли дать лекарство - антибиотики (опоздав на 1-2 часа) нужно принять назначенную дозу, другие же лекарства - к следующему назначенному времени приема лекарств. Средства от кашля и боли можно принимать не дожидаясь определенного времени - дайте назначенную дозу.
- ❖ Антибиотики с молоком давать нельзя, так как некоторые из них вызывают реакцию с кальцием молока и организм их не усваивает, они становятся бесполезными.
- ❖ Смешивать лекарства с пищей можно лишь в том случае, если это разрешено инструкцией по применению. В противном случае, эффективность лекарства снизится.
- ❖ С любыми из лекарственных средств, нужно быть осторожным, особенно это относится к детям. Поэтому убирать лекарства в домашней аптечке нужно надежнее и в места, недоступные детям.

СОБИРАЕМ ПРАВИЛЬНУЮ АПТЕЧКУ!



1. ПЕРЕВЯЗОЧНЫЕ СРЕДСТВА

- 5 рулонов стерильного бинта
- 5 рулонов нестерильного бинта
- 1 рулон ваты
- 1 качественный кровоостанавливающий жгут
- 10 пластырей-стикеров
- 1 рулон пластыря
- 3 индивидуальных перевязочных пакета или по 3 пластыря-повязки с размерами 15x9 см и 8x6 см
- 4 гипотермических пакета для охлаждения травмированных участков
- 1 пара перчаток медицинских стерильных



ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПОЛЕЗНЫЕ СРЕДСТВА

- Противозанозный комплект - пинцет, игла
- Стрептоцид порошкообразный
- Качественные канцелярские ножницы

КОЛЕСА.RU



2. ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИЕ СРЕДСТВА

- 1 флакон йода
- 1 флакон перекиси водорода
- 1 флакон медицинского спирта



3. ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ПРЕПАРАТЫ

- Обезболивающие - аналгин, баралгин или Но-Шпа
- От проблем с ЖКТ - Фталазол, Смекта, Мезим, Имодиум
- От простудных заболеваний - Терафлю или другие растворимые аналоги, аспирин



ВОПРОСИКИ...



- Что такое домашняя аптечка?

(набор лекарственных средств, инструментов и приспособлений, предназначенных для оказания первой помощи)



• Что не рекомендуется делать при покупке лекарственных препаратов?

(покупать лекарственные препараты с запасом)



• От чего зависит содержание домашней аптечки?

(от возраста, от хронических заболеваний и т.д.)



• Самые распространенные лече
ные средства при простуде?

(чай из цветков липы, аэрозоль для носа,
лекарства от болей в горле, ингаляции)



- Первый помощник при диарее?
(активированный уголь)



- Для каких двух основных случаев предназначены перевязочные материалы, хранящиеся в домашней аптечке?

(для применения при незначительных повреждениях, когда можно обойтись без помощи врача или фельдшера; использование в случае серьезных повреждений, но только до прибытия врача или фельдшера)



- В каком месте надо хранить домашнюю аптечку?

(место должно быть сухим, чистым, прохладным, легко доступным)



ТЫ МОЛОДЕЦ!!!!