

# АльпИндустрия Сибирь

08.04

Новосибирск

## ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ТУРИСТИЧЕСКОЙ И АЛЬПИНИСТСКОЙ АПТЕЧКИ



лектор:

**МАРИЯ ДЕНИСОВА**  
кардиохирург

# Основные принципы формирования аптечки

- Яркая маркировка
- Жесткость
- Облегчение веса
- Изоляция стекла
- Надписи на каждом из веществ
- Список ЛП с применением
- Возможность деления на две и переноски вне рюкзака
- Ответственный (медик)
- Информирование до начала мероприятия (хронические заболевания, аллергии, травмы, операции, какие ЛП принимает, максимальная высота и др.)



# Основные принципы формирования аптечки

- ▣ Перевязочный материал, дезинфицирующие средства
- ▣ Обезболивающие
- ▣ Растяжения, ушибы
- ▣ Ожоги
- ▣ Острое отравление или его симптомы
- ▣ Жаропонижающие
- ▣ Сердечные
- ▣ Глаза, ухо, горло, нос
- ▣ Аллергия
- ▣ Антибиотики
- ▣ прочее



# Основные принципы формирования аптечки

1. Перевязочный материал, дезинфицирующие средства (раны, ссадины, мозоли и т.д.)

\*Перчатки медицинские 1 пара

\*Бинт стерильный, нестерильный 2

\*Спиртовые салфетки 5 шт.

\*Лейкопластырь 2+2

\*Перекись водорода/водный хлоргексидин (мирамистин) 1+1

\*Губка гемостатическая 2шт

\*Мазь «Левомеколь» 1 уп.





# Основные принципы формирования аптечки

## 2. Обезболивающие

\*Анальгин (табл., амп.) 10+2

\*Баралгин/но-шпа (дротаверин) (табл., амп.) 10+2

\*Кетанов/кетонал (табл., амп.) 10+4

\*Цитрамон 10



# Основные принципы формирования аптечки

3. Растяжения, ушибы

\*Вольтарен/диклофенак 1 уп.

\*Финалгон 1 уп.

\*Эластичный бинт 2-3 шт.

\*«Звездочка» 1 шт.



# Основные принципы формирования аптечки

## 4. Ожоги

\*Водный хлоргексидин

\*Пантенол (мазь)



## 5. Сердечные

\*Аспирин

Идол

\*Каптоприл/капотен

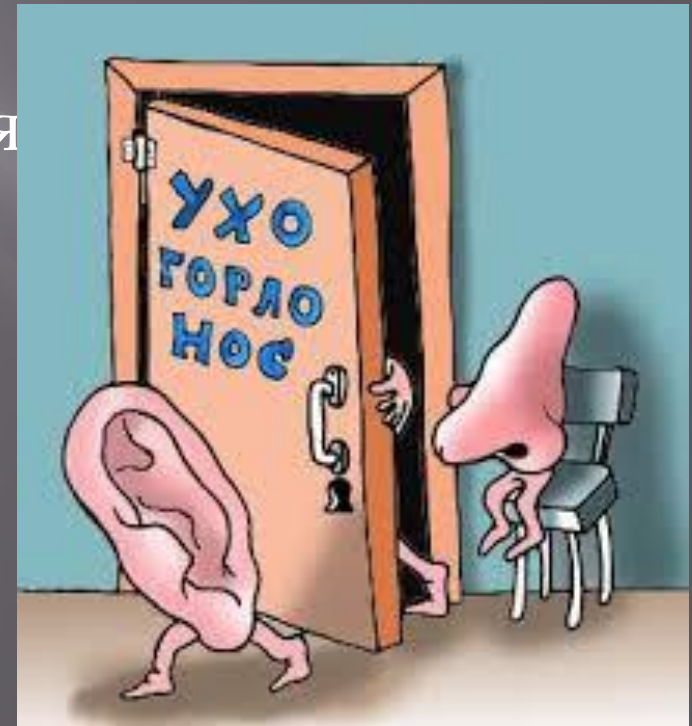
# Основные принципы формирования аптечки

6. Глаза – сульфацил натрия 1 фл.

Ухо – отинум, отипакс 1 фл.

Нос – називин, ксемилин, ксилин, отривин, назол, тизин 1 фл.

Горло – таблетки от кашля  
фарингосепт, мукалтин,  
термопсис, термопсол,  
граммидин, бромгексин  
10 табл.





# Основные принципы формирования аптечки

## 7. Аллергия

\*Сурастин/тавегил 5+2

\*Димедрол 2 амп.

\*Дексаметазон



## 8. Антибиотики

профлуксацин  
10 табл.



# Основные принципы формирования аптечки

- \* Жаропонижающее – парацетамол/фервекс  
10/5
- \* Симптомы острого отравления
  - Активированный уголь 30 табл.
  - Энтеросгель 1 уп.
  - Маалокс 5 п.
  - Церукал 4 табл.
  - Регидрон 5 уп.
- \* Герпес – ацикловир/пенцикловир/зовиракс 1  
т.
- \* Успокоительное – валериана,

# Основные принципы формирования аптечки

Прочее

\*Аскорбиновая кислота 20-30 табл.

\*Новокаин 0,25-1 % 4 амп.

\*Шприцы 2мл, 5мл 4+4

\*Термометр 1 шт.

\*Гипсовые бинты 4 шт.

\*Нашатырный спирт 1 фл.

# Основные принципы формирования аптечки

## ■ На восхождение

1. Бинт стерильный 1 шт.
2. Бинт нестерильный 2 шт.
3. Водный хлоргексидин 1 фл.
4. Гемостатическая губка 1 шт.
5. Лейкопластырь 1 шт. + бактерицидный 10 шт.
6. Эластический бинт 1 шт.
7. Активированный уголь 10 табл.
8. Регидрон 1 уп.
9. Аспирин 2 табл.
10. Нитроглицерин 4 табл.
11. Капотен 4 табл.
12. Цитрамон 4 табл.
13. Но-шпа 4 табл.
14. Сульфацил натрия 1 фл.
15. Супрастин 1 амп.
16. Кетонал 2 амп.
17. Анальгин 2 амп.
18. Дексаметазон 2 амп.
19. Шприцы 2 мл – 2 шт., 5 мл – 1 шт.