

# ЧТО ВСЕГДА ДОЛЖНО БЫТЬ ПОД РУКОЙ ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



*Собираем аптечку для дома и автомобиля. От качества и комплектации может зависеть здоровье и даже жизнь человека.*



## **АЛЛЕРГИЯ, СЫПЬ НА КОЖЕ, ОТЕК КВИНКЕ**

Никто не застрахован от аллергии, реакция может быть на лекарственные препараты, продукты питания, экзотические фрукты, укусы насекомых и др.

В таких случаях помогают **противоаллергические (антигистаминные) таблетки.**

Препараты нового поколения не вызывают

сонливости и имеют пролонгированный эффект: дезлоратадин (например, Эриус), лоратадин (например, Кларитин), цетиризин (например, Цетрин) и др.

Но в ряде случаев аллергологи назначают и «старые», проверенные и недорогие препараты, которые могут вызывать даже выраженную аллергическую реакцию: хлоропирамин (например, Супрастин), клемастин (например, Тавегил), хифенадин (например, Фенкарол) и т. д.



## ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ, РАССТРОЙСТВА ЖКТ, РВОТА И ДИАРЕЯ

- **Энтеросорбенты:** полигидрат полиметилсилоксана (например, Энтеросгель), смектит диоктаэдрический (например, Смекта), кремния диоксид коллоидный (например, Полисорб).
- **Противорвотные средства:** домперидон (например, Мотилиум), метоклопрамид (например, Церукал)
- **Противодиарейные средства:** лоперамид (например, Имодиум или Лоперамид)
- **Противомикробные:** нифуроксазид (например, Энтерофурил – при кишечной инфекции)



## ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ И ПРОТИВО- ВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

При ушибах, растяжении связок, защемлении мышц, при острой боли в спине или в шее, «прострелах» в спине и др.

**Нестероидные противовоспалительные препараты:** нимесулид (например, Найз), ибупрофен (например, Нурофен), кетопрофен, диклофенак и т. д. Эти средства выпускаются в таблетках и мазях для местного применения.

**Спазмолитики:** метамизол натрия+питофенон+фенпивериния бромид (например, Спазмалгон), дротаверин.



## ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ СРЕДСТВА

При ОРВИ, простуде, гриппе и т. д.: препараты на основе парацетамола (например, Панадол), ибупрофен и т. д. Также не помешает взять в поездку спрей/леденцы от боли в горле, спрей/капли от насморка.



## ОТКРЫТЫЕ РАНЫ, ССАДИНЫ, ПОРЕЗЫ

**Перевязочные материалы** – стерильные бинты, вата, жгуты, пластырь в рулоне, бактерицидный лейкопластырь. Удобным вариантом являются самофиксирующиеся бинты, которые обеспечивают длительную фиксацию, но не приклеиваются к коже и одежде, не вызывают аллергии.

**Антисептики для обработки ран:** раствор перекиси водорода 3%, водный раствор хлоргексидина, мирамистин, йод или зелёнка (в виде карандашей, что особенно удобно).

**Для лечения инфекций** при порезах, ссадинах, царапинах – порошок бацитрацин + неомидин (например, Банеоцин).



## СРЕДСТВА ПРИ ОЖОГАХ, ВКЛЮЧАЯ СОЛНЕЧНЫЕ

Декспантенол (например, Д-пантенол или бепантен) спрей или мазь.



## ПРИ ПОПАДАНИИ ИНФЕКЦИИ ИЛИ ИНОРОДНОГО ТЕЛА В ГЛАЗА

Глазные капли сульфацил натрия (например, альбуцид).



## МЕДИЦИНСКИЕ ПРИБОРЫ

Термометр для измерения температуры, тонометр для измерения артериального давления, резиновая грелка.



## ЛЕКАРСТВА ПРИ СЕРДЕЧНЫХ ПРИСТУПАХ И ДЛЯ СНИЖЕНИЯ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ

**Для снижения давления** – каптоприл (например, Капотен)

**Для быстрого купирования приступа стенокардии** (дискомфорт и сжимающая, давящая боль за грудиной, может иррадиировать в левую руку, в шею и т. д.) – Нитроглицерин в таблетках, принимают при остром сердечном приступе под язык, но лучше иметь нитроглицерин-спрей (например, Нитроспрей), который наносят на язык или под язык.



## ХРОНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

В домашней и автомобильной в аптечке обязательно должны быть препараты, назначенные лечащим врачом, если

отправились в поездку – с запасом на весь период поездки.

Подбирайте лекарства, учитывая имеющиеся заболевания и общие рекомендации к средствам первой помощи.

Проводите инвентаризацию аптечки каждые полгода, чтобы своевременно утилизировать просроченные лекарства и пополнить запасы тех, которые закончились.

Избегайте попадания прямых солнечных лучей на аптечку.

Храните ее подальше от детей и пожилых людей, которые могут ошибочно принять не то лекарство.

Надеемся, что случаи, для которых в аптечке хранятся препараты, никогда не наступят, и у вас не будет поводов её использовать. Будьте здоровы!

**Данная памятка носит информационный характер и не является рекомендацией по применению тех или иных методов лечения и лекарственных препаратов в конкретной клинической ситуации.**

**Препараты указаны для примера и страховщик не несет ответственность в отношении последствий их применения. Имеются противопоказания к применению. При наличии заболеваний или травм, указанных в данной памятке, необходимо срочно обратиться к врачу.**