

Аптечка для ребенка для зимнего отдыха:

1. Стерильная вата (маленькая упаковочка)
2. Стерильный бинт
3. Стерильные марлевые салфетки
4. Бактерицидный пластырь
5. Влажные салфетки
6. Раствор перекиси водорода 3 %
7. Спиртовые салфетки
8. Шприцы 2 и 5 мл (из них также удобно давать лекарства)
9. Пипетка
10. Ушные палочки
11. Эластичный бинт – 2 размера
12. Гигиенические пакеты (если ребенка будет тошнить)
13. Гигиеническая помада – **обязательно**
14. Косметика от обветривания (хорошо себя зарекомендовал колд крем – карандаш фирмы Мустелла)
15. Авиа – Море (его можно даже у детей с 1 – го года), или Драмина – от укачивания
16. Церукал в таблетках – при рвоте, отравлениях или сильных укачиваниях.
17. Раствор бриллиантового зеленого (зеленка), можно карандаш
18. Йод (ведь йод – это не только ценный антисептик, но и три, четыре дециметра йодной сетки, которая хорошо помогает при растяжениях и ушибах). (Можно карандаш)
19. Свечи Цефекон (или Эффералган, или Панадол, или Нурофен) в возрастной дозировке, можно таблетки парацетамола 250мг – жаропонижающее (В ЗАВИСИМОСТИ от возраста)
20. Ибуклин – комбинированное жаропонижающее – **взять обязательно**
21. Найз в таблетках 50 мг (или его аналоги в порошке, например, Нимулид) (сильное жаропонижающее, при полной неэффективности остальных препаратов, если некому сделать укол) – **жаропонижающее, обезболивающее при высокой температуре выше 39 или неэффективности других жаропонижающих. Также первая помощь при растяжениях и вывихах**
22. Ромашка в фильтр – пакетах №10 – антисептик для обработки кожи, полосканий зева, при отравлениях

23. Термометр (можно инфракрасный, он измеряет все: и воду, и воздух и температуру тела)

24. Ринонорм (опять же, лучше положить более универсальный Виброцил или и то и другое, или Тизин, или Отривин 0,025%)

25. Мазь Спасатель – от синяков, растяжений, ссадин (или Троксевазин)

26. Гель Найз и Долобене – противовоспалительные гели при ушибах и растяжениях, противоотечные. Взять ОБА!!!

27. Супрастин – противоаллергенное и много – много какое... (по согласованию с врачом)

28. Отипакс, Анауран –при отитах

29. Полидекса или Изофра –при гнойных насморках

30. Регидрон или его аналоги (Гидровит – он вкуснее, Реосолан) – при отравлениях и поносе

31. Смекта – при отравлениях, разжижении стула

32. Энтерол – капсулы при расстройстве стула

33. Креон 10.000 – при отравлениях, ферментопатии

34. Фуразолидон (Эрсефурил (или Энтерофурил) помягче и лучше действует) – при бактериальных отравлениях

35. Бепантен – при воспалительных изменениях на коже

36. Ампула с аммиаком – при обмороках и шоковых состояниях

37. Альбуцид – при конъюнктивите

38. 0,25% левомицетиновые капли для глаз – при конъюнктивите, гнойном насморке)

39. Фурациллин – антисептик для обработки ран, полоскания зева

40. Кипферон свечи и КИП (2 упаковки) во флаконах – противовирусное, при вирусных гастроэнтеритах, рвотах – необходимо перевозить вместе с хладоэлементами, лучше в маленькой сумке – холодильнике (хладоэлементов должно быть как минимум 3 (лучше 4), чтобы обложить препарат со всех сторон). На крайний случай можно использовать термос, в который положить лед, замороженный в напальчниках или в яйцах из–под киндер-сюрприза, далее зависит от фантазии. **ЭТИ ПРЕПАРАТЫ ВЗЯТЬ ЖЕЛАТЕЛЬНО, ЕСЛИ РЕБЁНКУ МЕНЬШЕ 7 ЛЕТ!**

41. Арбидол – слабый аналог КИПа

42. Антибиотик Зиннат (125 или 250 мг –по возрасту) и Сумамед (или – **Форте** – суспензия или в капсулах по возрасту) – только по назначению врача

43. Фурагин – при инфекции мочевыводящих путей, циститах

44. Мирамистин спрей – орошать зев при фарингите, болях в горле, промывание кожи и любых слизистых (антисептик)
45. Тантум – Верде – орошать зев при фарингите (противовоспалительное и обезболивающее)
46. Лизобакт рассасывать при фарингите (растолочь в порошок и давать под язык), для повышения иммунитета
47. Грамидин – рассасывать при болях в горле
48. Микстуры от кашля (сухая микстура от кашля в пакетиках, мукалтин, Лазолван в таблетках) – от кашля
49. Деринат (можно гриппферон, т.к. он подойдет и взрослым) – повышает местный противовирусный иммунитет
50. Но-шпа при болях в животе
51. По 1 Ампуле Анальгина, Супрастина, Но-шпы, Преднизолона – при экстренных случаях.
52. Валокордин – при выраженном возбуждении ребенка (дозировка индивидуальная, развести в воде)

ВНИМАНИЕ! Если взрослый или ребенок в семье страдает хроническим заболеванием, требующим постоянной лекарственной терапии, следует обязательно взять с собой на отдых необходимые препараты, например Небулайзер с препаратами к нему, если ребенок страдает бронхиальной астмой, частыми ларингитами или бронхитами

▶ Лекарственные средства всегда должны храниться в сухом, прохладном и недоступном для детей месте. Желательно, чтобы лекарства закрывались на ключ или небольшой навесной замочек.

▶ **ВСЕГДА ЧИТАЙТЕ УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ ПРЕПАРАТОВ** (в противном случае, в лучшем варианте из лекарства получится «пустышка», в худшем – яд)

▶ Средства, предназначенные для детей, должны находиться отдельно от «взрослых» лекарств, чтобы случайно не перепутать эти препараты.

▶ Необходимо следить за сроками годности лекарственных препаратов, нельзя использовать средства с истекшим сроком действия.

▶ Таблетки и капсулы необходимо выдавливать из упаковки, а не отрывать (чтобы можно было прочесть название препарата и срок годности)

▶ Нельзя выбрасывать аннотации к лекарственным препаратам.

Для того, чтобы препараты не занимали много места, перед поездкой их можно вынуть из картонных упаковок и обязательно упаковать в обычную бумагу, куда вложить аннотацию о препарате, осторожно запечатать степлером и подписать на бумаге название препарата, его срок годности. Степлер желательно взять с собой в поездку.

© Врач педиатр Тимаков Е.Ю.