

## **Príloha1- odp. Zdravotnícke vybavenie na tábor pre 40 účastníkov.**

Nový zoznam neuvádza skupiny liečiv, ale konkrétne lieky vybrané s ohľadom na čo najnižšie možné riziká pri podávaní neprofesionálnymi zdravotníkmi

Zoznam vypracovali Ján Lauko - študent farmácie, člen 1. zboru a Adam Brodanský Bc. zdravotnícky záchranár a člen 3. Zboru

### **Lieky proti zvracaniu pri cestách autom, alebo autobusom**

- odporúčaná účinná látka *moxastin* (napr. Kinedryl)

### **Lieky proti bolesti hlavy a zubov**

odporúčaná účinná látka: *paracetamol* (500mg), *ibuprofenum* (200mg)- napr.: Panadol ultra, Ibalgin, Paralen

### **Lieky proti kŕčovitým bolestiam**

odporúčaná účinná látka: *paracetamol* (500mg), *ibuprofenum* (200mg)- napr.: Panadol ultra, Pokiaľ sa jedná o iné ako menštruačné potiaže, tak konzultovať s lekárom

### **Lieky proti horúčke**

Pri horúčke nad 38°C trvajúcej dlhšie ako dva dni a pri horúčke nad 39,5°C navštíviť lekára. odporúčaná účinná látka: *paracetamol* (500mg), *ibuprofenum* (200mg)- napr.: Ibalgin, Paralen

### **Lieky proti hnačkám**

Individuálne riešiť do troch dní, ak sa situácia nezlepší tak navštíviť lekára. Rovnako je potrebné navštíviť lekár pri kombinácii s horúčkami a zvracaním.

- pri hnačkách spôsobených potravou *adsorbenty* (Karbocit, Karbosorb, Karbotox, Smecta) (adsorbenty nepodávať s liekmi, odstup minimálne 3 hodiny)

- pri jasne infekčných hnačkách *črevný dezinficiens: nifuroxazid* (napr. EndiEx)

- ako doplnková terapia na zhustenie stolice: *loperamid* (napr. Imodium)

### **Lieky proti zápche**

- nie častý prípad, pýtať v lokálnej lekárni podľa veku pacienta, odporúčaná látka: *laktulóza*

### **Lieky proti páleniu záhy**

- *ľubovoľné antacidum*- pozor na kombinácie s antibiotikami

### **Lieky proti kožným pliesňam**

- *ľubovoľné lokálne antimykotiká* (napr. Lamisil, Terbistad)

### **Lokálne prípravky na kožné alergie a uštipnutie hmyzom**

- dimetindén (napr. Fenistil gel), pri väčších alergiách kombinovať s tabletkami (nižšie)

### **Lieky proti väčším alergiám**

- ľubovoľné liečivo zo skupiny antialergík- lieky: napr. Zyrtec, Loratadin, Dithiaden

### **Krémy na liečbu úrazov kĺbov, opuchov a podliatin**

- na potlačenie bolesti a protizápalovo- *ibuprofenum*, *diklofenak* (napr. Ibalgin masť, Voltaren emulgel)

- na znižovanie opuchov- *octan draselný*- (octanová masť)

- na rozpúšťanie podliatin - heparínové a hirudínové lokálne prípravky- (napr. Heparoid, Hirudoid)

#### ***Lieky na dezinfekciu a vyplachovanie očí***

- napr. Ophthalmo septonex, Ophthal

#### ***Lieky na liečbu ľahkých bolesti v hrdle a proti kašľu.***

- jódové prípravky (napr., Orofar- pozor na jódové alergie), hexetidín (napr. Stopangin), na prírodnej báze napríklad Anginal, Tantum verde.

- proti kašľu: Stoptussin, Bromhexin, Hedelix, Sinupret

#### ***Krém na malé popáleniny***

- calcium panthotenicum- kalciová masť

#### ***Spálenie slnkom***

- panthenol

#### ***Lieky na dezinfekciu povrchových poranení***

- ľubovoľné antiseptikum a ľubovoľný zásyp

#### ***Minerály a vitamíny***

Magnéziové tablety- proti kŕčom

Celaskon- podpora liečby rán, prechladnutí..

#### ***Obväzové vybavenie:***

- sterilné gázové štvorce 5cm x 5cm
- sterilné hydrofilné ovínadlo samostatne balené
- sterilné hydrofilné ovínadlo samostatne balené
- elastický obvaz 7,5cm x 5m
- rýchloobväzy strihacie
- leukoplastová páska textilná
- leukoplastová páska hypoalergénna
- trojcípa šatka
- odporúčané: hydrokoloidné náplaste na odreniny

#### ***Ostatné:***

- nožnice z nehrdzavejúcej ocele
- teplomer
- pinzeta z nehrdzavejúcej ocele
- dezinfekčný gél na ruky
- vyšetrovacie rukavice (latex, nitril, vinyl)
- termoizolačná fólia
- repelent
- prípravok na hubenie hmyzu
- dlahy
- nosidlá

*Lekárnička by mala byť jasne rozdelená na liekovú a obväzovú časť. Lieková časť lekárničky nesmie byť voľne dostupná.*

### ***Príklad vybavenia lekárničky:***

#### ***lieky:***

Kinedryl 1bal, Ibalgin 200mg 40 tbl, Paralen 500mg 40tbl, Karbocit 50tbl, EndiEx 48tbl= 2bal, Imodium jedno balenie, Smecta 1 bal. malé balenie laktulózy, antacidum 1 bal., Lamisil 1x, Fenistil gel 2x, Dithiaden 1 balenie, Zyrtec jedno balenie, Voltaren gel, Octanová masť, Ophthalmo septonex kvapky, Stopangin sprej, kalciová masť, Panthenol spray, Septonex plus spray, Peroxid vódika 100 ml, Betadine, Cryo spray, Magnéziové tabletky, Celaskon, Stoptussin,

#### ***obväzy:***

sterilné gázové štvorce 10cm x 10cm 30x, gázové tampóny 100ks, sterilné hydrofilné ovínadlo samostatne balené 7,5cm x 5m 20ks, obväzy čisté 10ks, elastický obväz 7,5cm x 5m 5ks, rýchloobväzy strihacie, leukoplastová páska hypoalergénna 1ks, leukoplastová páska textilná 2ks, trojcípa šatka 5ks

#### ***ostatné:***

teplomer, nožnice z nehrdzavejúcej ocele 2ks, pinzeta z nehrdzavejúcej ocele 2ks, dezinfekčný gél na ruky, vyšetrovacie rukavice- adekvátne veľkosť 100 ks alebo bal., termoizolačná fólia 5x, resuscitačná rúška, zápisník a pero, svietidlo, termoska, na tábor záložný spacák a karimatka, dlahy, nosidlá, príručka prvej pomoci