

LÉKÁRNIČKA na cesty

ÚRAZY, ODŘENINY

- desinfekce: **Betadine roztok** (nepálí), **Betadine** mast
- **pletené obinadlo**, **pružné obinadlo**, **Idealast** – pružné, samodržící, prodyšné
- **Hemagel** (ze 1 do rány), tekutá **Hansa** náplast, **náplast s polštářkem**

PODVRTNUTÍ, OTOKY, BOLESTIVOST POHYBU, ZÁNĚT ŠLACH, KLOUBŮ

- Ibuprofen mast, octanová mast, Traumaplant mast, Viatromb spray

TEPLOTA, BOLESTI

- malé děti **Brufen**, **Ibalgín**, **Nurofen sirup**, čípky, **Ibuber** sirup, **Paralen** čípky 100mg, **125mg**, tbl., **Panadol** čípky
- dospělí – **Paralen 500 mg**, **Aspirín**, **Coldrex**, **Ibalgín 200**, **400mg** tbl.

PRŮJEM

- **Carbo medicinalis** (živočišné uhlí) 4x4 tbl., děti 4x3 tbl., **otravý** – 6 i více tableť najednou (**TOXIKOLOGIE** tel: 224 919 293)
- **Erecefuryl cps.** nebo **Endiarion** tbl. - střevní desinfičens
- **Imodium**, **Reasec** tbl. při křečích (čtěte pozorně příbalový leták!)
- **Smecta** dosp. 3 - 4x 1 sáček, děti 3 - 4x ½ sáčku, **Gastrofyt**, **Tasectan** cps. nebo sáčky 250 mg (bez chuti)
- **Enterol** (biopřípravek) - malé děti 1 cps. denně, kojící a těhotné ženy, dospělí 2 x 1 cps., **Enterina** ampulky
- **Hidrasec** sáčky léčí akutní průjem (na Rp.)

ZVRACENÍ

- studená voda s ledem po lžičkách, černý oslazený ledový čaj, soletky tyčinky
- **Torecan** čípek od 12 let, **Kinedyl** ¼ až ½ tbl. děti dle věku, 1 tbl. dospělí, **Motilium** tbl.
- **Homeopatie** - **Nux vomica 30CH** a **Cocculinum** – cestovní nevolnost
- **Avioplant** zázvorové kapse, **Autička** na cestování

ZÁNĚT SPOJIVEK

- **O-Septonex** kapky, **Ophthal** výplachy, **Visine** kapky pro dospělé, **Maxitrol** kapky, **Livostin** kapky (alergie)
- **O-Evercil**, **Omisan** **baby** (pro kojence)

ALERGIE, ALERGICKÉ OTOKY, VYRÁŽKY

- **Zyrtec**, **Xyzal**, **Zodac**, **Claritine**, **Fenistil** kapky, **Rectodelt** čípek - dušnost

ZÁNĚT STŘEDNÍHO UCHA

- **Otobacid N**, **Otipax** kapky
- dospělí mohou ucho vykašňout peroxidem vodíku či vyřítit **Tea Tree** olejem
- **Otic solution** (Phyteneo) bylinkové antimikrobiální kapky do uší (volně prodejně)

KAŠEL

- **Hedelix** kapky, **Herbion** sirup (odkášlávání), **Prospan** sirup, **Bronchipret** sirup
- **Sinecod**, **Stoptussin** kapky, tbl., **Levopront** kapky (k utišení kašle), **Rectodelt** (dušnost, larvnařítida)



RÝMA A NOČNÍ KAŠEL

- **Sinupret**, **Nasivin** sinus sirup (spouští rýmu), **Sterimar** (různé druhy), **Quixx** spray, **Vincetka** spray
- Na noc antihistaminikum viz alergie

BOLEST V KRKU, ANGINA

- **Bioparox** spray, **Vincetka**, **Septolete** bez cukru, **Tantum verde**, **Orofar**, **Preventan** **Quattro**, **Akut**, **Junior** **Angin**
- **Bylinný sprej** **Faryngo**Spray
- vyklokat vlažný roztok soli nebo několik kapek **TeaTree**, **Kutwirit** kloktadlo

KŮŽE SPÁLENÁ OD SLUNKA

- **Bepanten** mléko, **Panthenol** spray/pěna, **Daylong** **Apres**, **Bioderma** – **Photoderm** **After sun SOS**
- solární **vyrážka** – **Locoid** **Crelo**
- **Fotoprotekce** děti – **Bioderma** **Photoderm** **Mineral 50+**, **Photoderm** **KID**, **Daylong** **baby** **SPF 30**, **50**

HIMYZ

- při bodnutí potřit **Fenistil** gelem, **Tea tree** olejem, **pero** **After Bite**,
- **Roztok po bodnutí hmyzem** (**Phyteneo**)
- octanová mast, **Calcium** **pan.** mast, **Dithiaden** **tbl.**,
- **Rectodelt** čípek (otok, dušnost)

ODSTRANĚNÍ KLÍŠTĚTE

- Co nejdříve odstranit, vytrhnout - do 24-hodin po přisátí, neiačtí na zadeček klíštěte
- Po odstranění ranku vydesinfikovat např. **Betadine**, zapsat si datum a místo přisátí.
- **Prevence** - insekticidní spreje na oděv či čeku - **Autan**, **Diffusil** **H Forte**