

Trusă de prim - ajutor

Ce trebuie să conțină?

O trusă de prim - ajutor pentru acasă ar trebui să conțină doar medicamente de bază, materiale de îngrijire a rănilor și orice tratamente obișnuite pe care le ia de obicei membrii locuinței respective.

Medicamentos de bază ar fi:

- cele de scădere a febrei (Paracetamol sub diferite forme, fie pentru adulți, fie pentru copii),
- ar putea include și un antiinflamator (cum ar fi Ibuprofenul),
- și un produs pentru ameliorarea mușcăturilor de insecte (o loțiune de calamină).

Toate medicamentele trebuie să se păstreze în **ambalajul lor original**, împreună cu prospectul (nu trebuie să folosiți niciodată pastile vrac sau produse neetichetate).

Dacă cineva din casă ia **medicamente** în mod **obișnuite**, va trebui să păstreze la îndemână doar medicamentele necesare și să le depoziteze într-un mod organizat.

Pentru vindecarea rănilor:

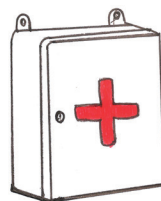
- un dezinfectant (Clorhexidină),
- un pachet de tifon,
- bandă adezivă,
- plasturi,
- și o foarfecă cu vârf rotundă.
- Se recomandă să se adauge niște mănuși sterile pentru a preveni posibilele infecții
- și un termometru.

Este un loc bun pentru a depozita **cremele pentru înainte și după expunerea la soare**.

Atunci când vă veți îmbolnăvi, va fi necesar să consultați profesioniștii din domeniul sănătății; din acest motiv, în trusa de prim - ajutor ar trebui să se adauge și o bucată de hârtie sau un autocolant cu numărul de **telefon de la Urgențe și de la Centrul de Asistență Medicală Primară de referință**.

Unde trebuie să se păstreze?

- Într-un recipient compact care să protejeze bine el materialul.
- Nu trebuie să fie încuiat sau securizat cu coduri care ar împiedica accesul în caz de nevoie.
- Într-un loc la care **să nu poată avea acces copiii**.



**Copiii
Nu trebuie
să ajungă la trusa
de prim - ajutor**



- Trebuie să fie un loc curat, fără umezeală și protejat de lumină și de căldură. Nu este adecvat să se păstreze în bucătărie sau în baie.

- Este necesar ca toate persoanele care ar putea avea nevoie de ea să știe unde se află.

Verificați trusa de prim - ajutor:

Trebuie să o verificați în mod regulat, în special datele de valabilitate (**cel puțin o dată la fiecare șase luni**), și să înlocuiți materialul care se va folosi.

Duceți la farmacie sau la punctele de recolectare a medicamentelor (**puncte SIGRE**) medicamentele de care nu veți mai avea nevoie și pe cele care deja au expirat.

Trusa de prim - ajutor nu este un loc potrivit pentru a acumula medicamente care v-au rămas de altădată.

Dar în mașină?

În mașină este necesar să aveți doar material minim de îngrijire a rănilor (dezinfectant, tifon, plasturi).

Verificați în ce stare se află acest material, pentru că în mașină ar putea fi supus unor temperaturi extreme.

Și înainte de a călători undeva?

Înainte de a pleca în concediu în alte țări este necesar să vă informați și să vă consultați în prealabil la centrele de prevenire și de tratament al bolilor tropicale.