**Домашняя аптечка**

В каждом доме должна быть аптечка, в которой будут храниться медикаменты на все случаи жизни, вне зависимости, есть ли проблемы со здоровьем либо нет.

Многие относятся к аптечке с недостаточным чувством ответственности, годами могут в нее не заглядывать, не проверять срок годности.  **Простуда**

Повышенная температура наблюдается при воспалении и простуде, когда организм борется с вирусами и инфекционными заболеваниями. Ибупрофен, Панадол, Нурофен, Эффералган, Ацетилсалициловая кислота.

При гриппе и простуде эффективно помогает Антигриппин, Гриппостад, Терафлю, Колдрекс.

Пиносол содержит в составе ментол и эфирные масла, которые не приносят вреда и не вызывают побочных результатов, когда нужно устранить насморк. При заложенности носа также принимают Галазолин, Нафтизин, Санорин.

Для полоскания горла и ингаляций можно применять листья эвкалипта, шалфей или растения календулы. Сбить лихорадку поможет настойка из липы.

При ангине используют таблетки для рассасывания или спрей - Ингалипт, Гексорал, Стрепсилс, Фарингосепт.

**Аллергия**

Тавегил, Супрастин, Димедрол имеют высокое воздействие, быстро выводятся из организма, однако вызывают сонливость. Длительное использование может повлечь привыкание, в результате эффективность снижается.

Отсутствие седативного явления присуще Фенистилу, Зиртеку, Кларитину.

**Препараты для обработки ожогов и ран**

В каждой аптечке должны быть йод, зеленка, перекись водорода, применяющиеся в качестве дезинфицирующего средства для обработки ран, кровотечений.

 Мази Вундехил, Целитель, Спасатель, Пантенол помогут в быстром заживлении ран и ожогов.

Также необходимо иметь запас стерильных бинтов, пластырей, ваты. Жгут

**Желудочно-кишечные проблемы**

Изжогу и спазмы желудка можно снять антацидными медикаментами: Гастал, Фосфалюгель, Маалокс. Они помогут снизить болевые ощущения и нейтрализовать действия повышенной соляной кислоты.

Чтобы улучшить пищеварение после обильного принятия пищи, можно выпить Мезим, Фестал, Панкреатин, Энзистал.

**Устраняют диарею, газы в животе, понос и урчание** Энтеросгель, Смекта, активированный уголь, который принимается с расчетом одной таблетки на 10 кг тела, Фталазол, Лоперамид.

**Справиться с рвотой**

Можно с помощью Мотилиума, выпускающегося в суспензии или таблетках.

**При болях в сердце**

Лучше всего использовать настойку в каплях либо экстракт валерианы в таблетках. Корвалол, капли или капсулы валидола, настойка пустырника подойдут для успокоения нервной системы.

**Обезболивающие**

От головной боли принимают Цитропак, Спазмалгон, Цитрамон. От зубной помогает Баралгин, Темпалгин. Мовалис, Ношпа, Кетанов.

**Мази**

Противовоспалительные и ранозаживляющие мази оказывают эффективное воздействие в косметологических и медицинских целях.

Цинковая мазь применяется при воспалительных процессах на теле и лице, подсушивает кожу, оказывает антисептическое влияние.

Тетрациклиновая мазь содержит в составе антибиотик, помогает устранить инфекционно-воспалительный процесс на коже, спровоцированный укусами животных.

Салициловая мазь эффективно борется с появлением черных точек, сыпи, прыщей.

Гидрокартизоновая 1% мазь снимает воспаление на коже в следствие укуса насекомых или контакта с растениями, которые вызывали раздражение.

**Перевязочный материал**

Стерильный бинт нужен для перевязок.

Эластичный бинт используется для фиксаций переломов и наложения компрессов, при ушибах.

Жгут остановит кровотечение.

Пластырь полосками с антисептическим действием и пластинки разных размеров.

**Инструменты и материалы**

Бахилы пригодятся для приходящего лечащего врача.

С помощью электронного или ртутного термометра измеряется температура.

Давление измеряется тонометром.

К списку нужно добавить одноразовые шприцы, спринцовку, нестерильные перчатки, грелку.

**Раз в два-три места стоит проверять срок годности медикаментов, вовремя пополнять запас препаратов и медицинских материалов.**

**Перед применением лекарственных средств необходимо проконсультироваться с врачом!**

**ГОАУСОН “Полярнинский КЦСОН”**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наши контакты:****Директор:**Неплюева Виктория Валентиновна8 (81530) 6-05-04**Заместитель директора:**Прилукова Елена Витальевна8(81530)6-12-50**Зав. отделением социального обслуживания****на дому граждан пожилого возраста и инвалидов:**Назлиева Елена Константиновна8(81551) 7-14-62**Наш адрес:****184682 Мурманская область,****г. Снежногорск,****ул. Мира 5/4****Сайт**: plkcson.ru**Группы ВК**: <https://vk.com/plkcson>, https://vk.com/club106850303**Адрес электронной почты:**center@plkcon.ru |  |
|  |

**МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ МУРМАНСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Государственное областное автономное учреждение социального обслуживания населения**

**«Полярнинский комплексный центр социального обслуживания населения»**

**Домашняя аптечка**

**ЗАТО АЛЕКСАНДРОВСК**

**2022 г**