

VÝBAVA LÉKÁRNIČKY NA DOVOLENOU

Dovolená s dětmi je pro nás rodiče často výzva, a to i bez nepříjemností způsobených nemocí či úrazy. Abyste si z dovolené odvezli příjemné zážitky z koupání a pečení buřtů, spíš než vzpomínky na spálená záda a zmrzlinové angíny, máme pro Vás pár řádků inspirace. **Co přibalit na cesty, abyste si je užili ve zdraví a pohodě?**



Každý člověk má své specifické potřeby. Místo konkrétního seznamu léků proto doporučujeme, si při balení lékárničky **projít následujících 7 oblastí**, ve kterých si sami stanovíte, které prostředky či léky jsou právě pro Vás ty **nejvhodnější a nejúčinnější**.



Vždy vybírejte takové léky, na které **Vaše děti dobře reagují a máte je prověřené**. Testování nových postupů v průběhu dovolené by Vám větší klid určitě nepřineslo.



Pokud si nejste jistí, zda jste vše vhodně vybrali, oslovte nás a rádi s Vámi v ordinaci výběr doladíme.
MUDr. Petra Brossaud

ordinace: +420 601 504 514

info@brossaud.cz

akutní případy: +420 605 433 960

VAŠE STÁLÉ LÉKY

Přibalte v první řadě léky, které Vy a Vaše děti užíváte pravidelně, nebo v případě nutnosti.

TEPLOTA A BOLEST

**Tlumení
horečky a
bolesti**

Nurofen (Ibalgin, Ibuprofen) či **Panadol** (Paralen, Mexalen) ve formě odpovídající věku dítěte – v případě sirupů přibalte i odměrky.

ZAŽÍVÁNÍ

**Průjmová
onemocnění,
zvracení**

Tasectan nebo **Enterol** – oboje je možné podávat od kojeneckého věku až po dospělé, **Smecta** případně **rehydratační roztok Kulíšek, ORS**

NACHLAZENÍ

Kašel

sirup na tlumení suchého kašle (Stoptussin, Sinecod, Levopront apod.). Pokud Vaše dítě trpí na dráždivé kašle, přibalte **obvyklé léky**, které užívá (např. Dithiaden, Ventolin včetně inhalační masky), **sirup na vlhký kašel** (Prospan, Hedelix, ACC, Bromhexin)

Ucpaný nos

mořskou vodu do nosu na pročištění (Vincenka, Sterimar), **kapky do nosu** v případě ucpání (Nasivin, Olynth apod.)

Bolest v krku

pastilky nebo lízátko na cucání (Vicentka, Junior angin, Neoangin, Tantum Verde, Mullerovy pastilky a další)





ALERGIE A HMYZÍ BODNUTÍ

Hmyzí bodnutí	mast na štípance (Dapis gel, Fenistil apod.). Pokud Vaše dítě mívá velké otoky po hmyzím bodnutí, můžete si od nás vyžádat Chlumského mast (na recept, vydrží 30 dní)
Vytažení klíštěte	Betadine na dezinfekci rány
Alergická reakce	Základní antihistaminika – Fenistil (volně prodejný, vhodný i pro malé děti), pro starší Claritine, Analergin apod., případně Dithiaden (na recept)
Sezónní alergie	předepsané léky (antihistaminika, sprej do nosu, kapky do očí, inhalátory)
Podráždění očí	kapky do očí – na vypláchnutí Ocuflash či Omnisan apod.

ÚRAZY

Drobná poranění, odřeniny	dezinfekce – Betadine (nepálí), případně mast na ošetření (Bepanthen, Hemagel...) Náplasti, pinzety, nůžky, obvazový materiál
Hojení pohmožděnin	Mast např. s arnikou (Arnigel, vhodná i pro malé děti), Ibalgin mast nebo Voltaren apod. (pro starší) - nezapomeňte namazané místo chránit dlouhodobě před sluncem , u většiny přípravků jinak hrozí reakce v podobě otoku či vyrážky.
Lehké popáleniny	Flamigel, Hemagel, Imunoglukan krém

POBYT NA SLNCI

Prevence a hojení popálenin	vhodný opalovací krém – doporučujeme vyzkoušet před odjezdem na dovolenou Panthenol
-----------------------------	---

Přejeme Vám, abyste Vaši lékárničku za celou dovolenou nemuseli ani vytáhnout z kufru, ale kdybypřece jen, ať máte po ruce vše potřebné. Užijte si krásné léto a dovolenou plnou příjemných zážitků!

MUDr. Petra Brossaud

Zpracovala Lenka Jeníková | www.copygrow.cz