



**Навчально-методичний центр цивільного захисту та
безпеки життєдіяльності
Кіровоградської області**

Пам'ятка населенню

**ОНОВЛЮЄМО ДОМАШНЮ АПТЕЧКУ:
ЩО СЛІД ПОКЛАСТИ, А ЩО — ВИКИНУТИ?**



м. Кропивницький



**Навчально-методичний центр цивільного захисту та
безпеки життєдіяльності
Кіровоградської області**

Пам'ятка населенню

**ОНОВЛЮЄМО ДОМАШНЮ АПТЕЧКУ:
ЩО СЛІД ПОКЛАСТИ, А ЩО — ВИКИНУТИ?**



м. Кропивницький

Домашня аптечка — це передусім про безрецептурні препарати, які можуть полегшити ваш стан, якщо ви підчепили якийсь вірус, поранились або маєте алергічні симптоми.

Ось перелік того, що так чи інакше може знадобитись:

- ✓ пластирі різних розмірів та форм;
- ✓ стерильні бинти великих, середніх та малих розмірів;
- ✓ принаймні дві стерильні пов'язки для очей;
- ✓ трикутні бинти або косинка фіксує: допомагає знерухомити

пошкоджену руку;

✓ фіксує бинт — часто продається з застіркою: легко стискає травмовану кінцівку при розтягненні суглобів та/або м'язів;

- ✓ англійські шпильки;
- ✓ стерильні рукавички;
- ✓ щипці й ножиці;
- ✓ пластр у катушці;
- ✓ антисептичний крем*;
- ✓ вологі серветки без вмісту спирту;
- ✓ термометр;
- ✓ креми або спреї для полегшення зуду після укусів комах;
- ✓ ліки проти алергії (антигістамінні);
- ✓ дистильована вода для промивки ран;
- ✓ хлоргексидин;
- ✓ безрецептурні знеболювальні: парацетамол/ібупрофен.

Чого НЕ повинно бути в аптечці?

- ✗ рецептурних препаратів без призначення;
- ✗ залишків препаратів, які вам призначили для приймання курсом;
- ✗ ліків і медичних засобів із простроченими термінами придатності.

Як правильно зберігати ліки?

✓ Передусім варто подумати про місце, де ви їх зберігаєте, — доступне для дорослих і недоступне для дітей.

✓ Якщо в інструкції не зазначено про зберігання за певної температури — не ставимо препарат у холодильник, намагаючись продовжити його життя - дивимось умови зберігання та виконуємо їх.

✓ Ліки не можна заморожувати: якщо з якихось причин сиропчик чи розчин замерз — без жалю викидаємо

✓ Не варто також залишати аптечку в автомобілі ні взимку, ні влітку. Деякі ліки можуть бути чутливими як до високих, так і до низьких температур.

Домашня аптечка — це передусім про безрецептурні препарати, які можуть полегшити ваш стан, якщо ви підчепили якийсь вірус, поранились або маєте алергічні симптоми.

Ось перелік того, що так чи інакше може знадобитись:

- ✓ пластирі різних розмірів та форм;
- ✓ стерильні бинти великих, середніх та малих розмірів;
- ✓ принаймні дві стерильні пов'язки для очей;
- ✓ трикутні бинти або косинка фіксує: допомагає знерухомити

пошкоджену руку;

✓ фіксує бинт — часто продається з застіркою: легко стискає травмовану кінцівку при розтягненні суглобів та/або м'язів;

- ✓ англійські шпильки;
- ✓ стерильні рукавички;
- ✓ щипці й ножиці;
- ✓ пластр у катушці;
- ✓ антисептичний крем*;
- ✓ вологі серветки без вмісту спирту;
- ✓ термометр;
- ✓ креми або спреї для полегшення зуду після укусів комах;
- ✓ ліки проти алергії (антигістамінні);
- ✓ дистильована вода для промивки ран;
- ✓ хлоргексидин;
- ✓ безрецептурні знеболювальні: парацетамол/ібупрофен.

Чого НЕ повинно бути в аптечці?

- ✗ рецептурних препаратів без призначення;
- ✗ залишків препаратів, які вам призначили для приймання курсом;
- ✗ ліків і медичних засобів із простроченими термінами придатності.

Як правильно зберігати ліки?

✓ Передусім варто подумати про місце, де ви їх зберігаєте, — доступне для дорослих і недоступне для дітей.

✓ Якщо в інструкції не зазначено про зберігання за певної температури — не ставимо препарат у холодильник, намагаючись продовжити його життя - дивимось умови зберігання та виконуємо їх.

✓ Ліки не можна заморожувати: якщо з якихось причин сиропчик чи розчин замерз — без жалю викидаємо

✓ Не варто також залишати аптечку в автомобілі ні взимку, ні влітку. Деякі ліки можуть бути чутливими як до високих, так і до низьких температур.