

КАМЧАТКА

твоё безопасное приключение



КАК ПРАВИЛЬНО СОБРАТЬ АПТЕЧКУ ДЛЯ ОКАЗАНИЯ первой помощи?

Аптечка туриста индивидуальна и зависит от вашего здоровья и от того, чем вы планируете заниматься. Однако существует базовый набор предметов, который нужно иметь при себе, когда вы путешествуете по Камчатке

ОБЕЗБОЛИВАЮЩЕЕ Любое на ваш выбор. Только не давайте его пострадавшему при болях в животе и исключите наличие аллергии на выбранный препарат

СПАЗМОЛИТИК Можно использовать даже при болях в животе. Но если после первого приема лекарства боль не прошла, то спазмолитик давать больше нельзя

ЖАРОПОНИЖАЮЩЕЕ Используйте при повышенной температуре или при перегреве. Принимать с большим количеством жидкости

АНТИСЕПТИК Обрабатывайте даже незначительные порезы. Наносить йод можно только по краям раны. Хлоргексидином или перекисью водорода можно обработать и саму рану, а зеленку наносить на слизистую поверхность

СОРБЕНТЫ Выпускаются в разных формах: в порошке или в виде геля, или в таблетках. Выбирайте любой и не забудьте, что их нужно принимать с большим количеством воды

СЕРДЕЧНЫЕ ПРЕПАРАТЫ Даже универсальные средства, типа нитроглицерина, надо всегда принимать с осторожностью, находясь в положении лежа или сидя

ПРОТИВООЖГОВЫЕ ПРЕПАРАТЫ Пригодятся вам и при ожогах от открытого огня и при солнечных. Храните их в прохладном месте

АНТИГИСТАМИННЫЕ ПРЕПАРАТЫ Если показалась аллергия в любом виде - немедленно примите любой антигистаминный препарат, который работает не за счет накопительного эффекта, а действует сразу же

ПЕРЕВЯЗОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ Бинты, стерильные салфетки, лейкопластыри - чем больше, тем лучше

ИНСТРУМЕНТЫ

- первым делом при оказании помощи надевайте одноразовые перчатки
- кровоостанавливающий жгут - лучше брать широкий
- ножницы и пинцет
- маска для искусственной вентиляции лёгких

ПИСЬМЕННЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ Блокнот и ручки или карандаш используйте для записей, необходимых при оказании первой помощи - например, время нанесения жгута