

KUĆNA LJEKARNA



Kućna ljekarna treba sadržavati osnovni pribor za prvu pomoć i lijekove za liječenje blažih zdravstvenih problema. Zapišite popis proizvoda koje sadrži vaša kućna ljekarna i po potrebi je nadopunjavajte.

Pravilnim odabirom proizvoda uz liječnički ili ljekarnički savjet moći ćete bez nepotrebna pretrpavanja kućne ljekarne "pokriti" različite iznenadne situacije koje vam se mogu dogoditi.

Što sve sadrži kućna ljekarna:

Osnovni pribori za prvu pomoć, odnosno za obradu rana:

- univerzalni antiseptik
- flastere u nekoliko veličina
- sterilne gaze, sterilne komprese
- zavoj

Lijekove za ublažavanje ili uklanjanje manjih zdravstvenih problema:

- lijekove za snižavanje povišene tjelesne temperature (antipiretici) uz toplomjer
- lijekove za uklanjanje bolova (analgetici)
- sirupe protiv kašlja i/ili za olakšavanje iskašljavanja
- medicinski ugljen kod trovanja hranom
- prašak za nadoknadu tekućine i elektrolita kod povraćanja i proljeva
- antihistaminske gelove, kreme ili masti kod alergijskih kožnih reakcija
- mast za opekline

Osim toga u kućnu ljekarnu treba dodati i lijekove koje je propisao liječnik, a služe kao svakodnevna terapija u liječenju kroničnih bolesti. Nemojte davati lijekove koje je vama liječnik propisao drugim osobama sa sličnim simptomima jer imajte na umu da je kronična terapija individualna.

Kako se brinuti za vašu kućnu ljekarnu:

Lijekove čuvajte izvan dohvata djece na temperaturi do 25 °C, zaštićene od utjecaja svjetlosti i vlage

Dobro proučite uputu koja se nalazi u originalnom pakiranju lijeka, posebice ako se radi o trudnicama, dojiljama, novorođenčadi i maloj djeci, te o osobama iznad 65 godina

Čuvajte lijekove u njihovim originalnim pakiranjima zajedno s priloženim uputama o primjeni ako ih sadrže, kako bi spriječili da dođe do zabune ili neispravnog korištenja, te kako biste mogli provjeriti njihov rok trajanja

Pregledajte sadržaj vaše kućne ljekarne dva puta godišnje, kako biste provjerili rokove valjanosti, s tim da se istek datuma odnosi na posljednji dan tog mjeseca

Ne stvarajte zalihe lijekova, jer se može dogoditi da im istekne rok trajanja ili da liječnik promijeni terapiju

Ne čuvajte lijekove koji se više ne uzimaju, kako bi ih se dalo drugima, jer lijek koji jednom čovjeku pomaže, drugome može štetiti

Ne propisujte lijekove sami sebi, jer i bezreceptni lijekovi nisu bezopasni i također stupaju u interakcije s drugim lijekovima. Isti lijek može djelovati drugačije na različite osobe, treba biti posebno oprezan kod primjene većeg broja lijekova, bilo receptnih, bilo bezreceptnih

Ukoliko koristite više lijekova, lijekove pijte s vremenskim razmakom, jer se time smanjuje mogućnost pojave interakcija između pojedinih lijekova

Lijekove s isteklim rokom valjanosti ili one koji su na bilo koji način promijenjeni treba na pravilan način zbrinuti, a to znači odložiti ih u za to predviđeni kontejner u ljekarni!

Napomena: tekst je preuzet sa web stranice Ljekarna Splitsko dalmatinske županije - <http://www.ljekarnasdz.hr/Savjetovanje/tabid/64/ID/13/Kucna-ljekarna.aspx>