

Nemoci dětského věku a první pomoc u akutních stavů

Vybavení lékárničky - domácí, školní, autolékárny

Vypracoval: Jan Šimerle

Vybavení domácí lékárničky

Lékárnička patří mezi **základní vybavení každé rodiny** pro případ onemocnění či poranění a neměla by chybět v žádné domácnosti, protože k více než polovině obtíží a poranění dochází doma či v blízkém okolí. Lékárnička má obsahovat přípravky, které jsou určeny pro použití doma vzniklých indispozic zdravotního stavu členů rodiny (teplota, průjem, zácpa, kašel, rýma) či drobných poranění (odřeniny, pořezání, opaření).

Základní vybava

- **teploměr** (je-li v rodině malé dítě, přidat rtuťový teploměr tzv. rychloběžku)
- **roztok na dezinfekci kůže:** postačí líh, na odřeniny roztok s jodem - dnes k dostání Betadine ve formě roztoku či masti, obě formy děti dobře snášejí, protože neštípou, případně peroxid vodíku
- **lék proti překyselení žaludku** - postačí soda bikarbona
- **lék proti průjmu** - nejlépe Smecta, příp. živočišné uhlí - u něj je nevýhoda, že barví stolici do černa a může tak překrýt krvácení do zažívacího traktu
- **lék na snížení teploty** - paracetamol (Panadol, Mexalen, Dafalgan, Paralen), ibuprofen (např. Ibalgin, Nurofen), acylpyrin (pokud se v rodině nevyskytují krvácivé stavy, lze použít pouze u dospělých a dětí nad 15 let věku)
- **léky k vypláchnutí očí** - borová voda, popř. oční kapky Ophthalmo - Septonex
- **elastické obinadlo**
- **balíček první pomoci**, který má obsahovat:
 - balíček sterilní vaty
 - 2 sterilní obvazy
 - balíček sterilních gázových čtverečků
 - polštářkové náplasti různých velikostí
 - spínací špendlíky
 - pinzeta
 - nůžky
 - gumové škrtidlo
 - trojcípý šátek
 - je vhodné přidat 1 kotouč náplasti, kterou lze snadno rukou trhat podél i napříč (není třeba nůžek což jistě oceníte ve stressové situaci), a také dnes již dostupné sterilní proužky k ošetření drobných řezných poranění (místo tzv. mašliček)

Ve vybavení domácí lékárničky by měly být i **léky, které častěji či pravidelně užívají členové domácnosti**, nejlépe označit je jménem. Léky podávané dětem by měly být doporučeny či předepsány lékařem a měla by je podávat dospělá osoba z rodiny.

Umístění lékárničky

Nejlepším místem pro uskladnění všech přípravků je **uzamykatelná skříňka umístěná v suchu a mimo dosah zvědavých dětí**. Obsah lékárničky je **nutno kontrolovat nejméně 2x ročně**, vyřadit všechny léky s prošlou dobou použitelnosti, volně ležící tablety či roztoky bez

označení a vše odnést do lékárny do sběrného kontejneru. V lékárnice se nesmí současně s léky uchovávat jedovaté domácí prostředky jako čpavek, rozpouštědla, čisticí prostředky nebo léky pro zvířata. Na vnitřní straně dvířek lékárnice je vhodné umístit **seznam potřebných telefonních čísel** - záchrané služby, ošetřujícího dětského lékaře, praktického lékaře pro dospělé, pohotovostní lékařské služby.

Rady pro užívání domácí lékárnice

- vždy **lékárnici uzamkněte**, zvláště užívá-li někdo v rodině léky s tlumivým účinkem
- vždy **čtěte pozorně příbalové letáčky**, abyste si byli jisti dávkou podaného léku, zvláště u malých dětí (po delší době si na správné dávkování např. paracetamolu nemusíte vzpomenout)
- pokud si nejste jisti svým postupem, **konzultujte bez obav svého lékaře!**
- nikdy nezapomeňte léky ze stolu uklidit, obzvláště malé děti je okamžitě objeví a radostně spolknou
- dojde-li k takovéto nehodě, ihned konzultujte lékaře s přesnými údaji o léku a počtu chybějících tablet, ten zařídí vše potřebné
- použité nástroje ihned po použití umyjte, dezinfikujte a uložte zpět na místo
- veškeré výše popsané léky a prostředky balíčku první pomoci zakoupíte v lékárně, v drogeriích koupíte jen část přípravků
- vše kupujte v malém množství, ale **vždy si všimněte data spotřeby**, abyste nekoupili přípravek, který v brzké době prochází záruční lhůtou

Vybavení školní lékárnice

Pro možnost poskytnutí první pomoci musí mít školy, pracoviště, domácnosti i veřejně přístupné objekty potřebné pomůcky a zdravotní materiál.

K řádnému vybavení pro poskytování první pomoci patří lékárnice. A hlavně vybavená tím, čím vybavena být má. Bohužel, ne všude tomu tak je. Leckdy obsahují lékárnice věci, které v nich nezbytně být nemusí, zato v nich chybí to, bez čeho se první pomoc neobejde. A tak v nich najdeme aspiriny a teploměry, ale už ne resuscitační masku, trojčípý šátek, sterilní obvazový materiál, elastická obinadla.

V lékárnkách musí být především zdravotnický materiál pro život zachraňující úkony: pomůcky pro dýchání z plic do plic, obvazový materiál, který slouží k zástavě krvácení, dále materiály k upevnění poraněných končetin (trojčípé šátky) a další materiál potřebný k účinné první pomoci. Jde o to, abychom v lékárnkách našli to, co může pomoci bezprostředně zachránit lidský život. Abychom mohli obnovit dýchání, krevní oběh a zastavit velká krvácení. Všechno ostatní lze udělat dodatečně. Pro okamžité použití při poskytování první pomoci zraněnému i pro nácvik resuscitace jsou vhodné resuscitační masky, které by měly být součástí všech lékárněk. Ty odstraní mnohdy psychický odpor, který má většina lidí při

nutnosti dýchat z úst do úst. Vytváří určitou bariéru mezi zachráncem a zraněným. Zpětný ventil nástavce masky zabraňuje vyfukování vzduchu zraněného přímo do obličeje člověka, který první pomoc dává.

- 1x Opthal 2x50ml
- 1x Ajatin 25ml
- 1x Paralen 10 tabl.
- 1bal. Kinedryl
- 1x Traumacel zásyp 2gr.
- 1x Carbo Medicinalis - proti průjmu
- 2x Kompres sterilní 5x5cm/2ks
- 2x Kompres net.ster. 7,5x5cm/1ks
- 2x Obvaz sterilní 10cmx5m
- 2x Náplast s polštářkem 8x4cm/3ks
- 1x Náplast hladká (cívka) 2,5cmx2m
- 2x Náplast s polštářkem 6x2cm/5ks
- 1x Šátek trojcípí
- 2x Obinadlo škrťící pryžové 4x70cm
- 1x Přířez z buničiny 4x5cm/10ks
- 1x Rouška resuscitační
- 1x Pinzeta anatomická
- 2páry Rukavice
- 1x Folie izotermická
- 1x PVC rouška 20x20cm
- 1x Teploměr

Vybavení autolékárničky

Každé motorové vozidlo, kromě mopedu a motokola a motorového vozíku, musí být vybaveno příslušným druhem autolékárničky pro poskytnutí první pomoci. **Obsah lékárničky** musí být uložen do samostatného pouzdra s charakteristickým označením. Lékárnička musí být ve vozidle uložena tak, aby na ni nemohlo dopadat přímé sluneční světlo, byla v suchém, čistém a snadno přístupném prostoru. Provozovatel vozidla musí lékárničku udržovat v řádném stavu a jednotlivé druhy zdravotnických potřeb obměňovat.

Povinná výbava vozidel při provozu na pozemních komunikacích je upravena vyhláškou 341/2002 Sb. a vyhláškou 100/2003 Sb.

Autolékárničku se vyplatí jednou za čas zkontrolovat, vyhnete se tak postihům při policejních kontrolách. Zvláštní pozornost věnujte škrťícímu obinadlu, protože v zákon sice udává délku 70cm ale už neudává šířku, a proto výrobci většinou dodávají škrťidla o šířce 2

cm místo 4cm, které se standardně používají. Pokud pak takovéto škrtidlo použijete, dojde k vysoké traumatizaci tkáně v oblasti zaškrvení a to většinou končí amputacemi a pro Vás to může skončit i žalobou za ublížení na zdraví.

Toto vybavení platí pro vozidla, která nejsou určena k hromadné přepravě osob a mají nejméně 4 kola.

Obsah autolékárničky:

- 2x obvaz hotový sterilní č.2
- 2x obvaz hotový sterilní č.3
- 2x obvaz hotový sterilní č.4
- 2x šátek trojcípý
- 1x náplast hladká cívka 2,5cm x 5m
- 6x náplast s polštářkem 8cm x 4cm
- 1x obinadlo škrticí pryžové, délka 70cm
- 1x obvaz hotový sterilní 5cm x 7,5cm
- 1x rouška resuscitační
- 1x rouška PVC 20cm x 20cm
- 1x rukavice pryžové (latexové) chirurgické v obalu
- 2x špendlík zavírací v antikoroziční úpravě
- 1x nůžky

Použitá literatura:

<http://www.avicenna.cz/item/lekarnicky-pro-poskytnuti-prvni-pomoci/category/lekarnicky>
http://e-safetyshop.eu/prodtype.asp?PT_ID=722&strPageHistory=cat
<http://www.babyonline.cz/nemoci-deti/domaci-lekarnicka.html>
<http://www.e-autoskola.cz/prehled/vybaveni-lekarnicky.php>