**Домашняя аптечка: список того, что должно быть у каждого**

**Состав домашней аптечки:**

**Перевязочные материалы:**

бинт стерильный - для перевязок;

эластичный бинт - для фиксации при переломах, ушибах, а также для наложения компрессов;

вата (или ватные диски);

жгут - для остановки кровотечения;

пластыри: медицинский - для фиксации, бактерицидный - при ссадинах и порезах.

**Материалы для обработки ран, ожогов, остановки кровотечений:**

пантенол - при ожогах, ранозаживляющее средство;

перекись водорода 3% - для небольших кровотечений, обработки ран;

йод, зеленка - для дезинфекции ран.

**При простуде и гриппе:**

парацетамол, эффералган или нурофен - для снижения повышенной температуры (температура выше 39,0 у взрослого человека и 38,0 градуса у ребенка);

при первых симптомах гриппа и простуды, чем раньше применяется, тем лучше эффект - (Терафлю, Антигриппин и др.);

спрей или таблетки для рассасывания при болях в горле (Гексорал-спрей, Стрепсилс, Ингалипт);

отхаркивающие средства (Пектусин, Бронхикум, Пектосол);

капли в нос для облегчения дыхания и снижения отека носа (Нафтизин, Галазолин, Санорин, Називин).

**Обезболивающие средства:**

Валидол (нитроглицерин, карвалол) - при сердечных болях, стенокардии и др.;

Но-шпа, Спазмалгон - для снятия спастических болей (когда резко «схватил живот») и при болезненных менструациях;

Обезболивающее (Кетанов, Темпалгин);

Мази для снятия мышечной боли.

**Помощь при проблемах с животом:**

Фестал (Мезим) - ферменты, помогающие с пищеварением;

Активированный уголь - при пищевых отравлениях.

**Антигистаминные препараты:**

Кларитин, Диазолин, Тавегил, Супрастин - при аллергии.

**Прочее:**

Градусник;

Ножницы, пинцет;

Мерный стаканчик;

Грелка;

Нашатырный спирт - при обмороках.

