

Co zapakować do podróźnej apteczki?



NA GORSZE SAMOPOCZUCIE:

- ☐ lek przeciwgorączkowy i przeciwbólowy,
- ☐ maść na ząbkowanie,
- ☐ coś na ból gardła,
- ☐ termometr do sprawdzenia temperatury.

NA OWADY I KLESZCZE:

- ☐ maść łagodząca swędzenie,
- ☐ wapno,
- ☐ zimny kompres,
- ☐ pęseta lub inny przyrząd do wyciągania kleszczy,
- ☐ spirytus salicylowy do dezynfekcji,
- ☐ repelenty.

NA BOLĄCY BRZUSZEK:

- ☐ preparat z probiotykami,
- ☐ preparat z elektrolitami (nawadniający),
- ☐ strzykawka – do podania niemowlęciu preparatu nawadniającego,
- ☐ węgiel lub inny preparat łagodzący objawy biegunki,
- ☐ krople na kolkę i wzdęcia – jeśli podróżujemy z niemowlakiem.

NA OPARZENIA SŁONECZNE:

- ☐ krem z filtrem (dla dzieci od 6. miesiąca filtr fizyczny, od 12. miesiąca filtr chemiczny, w Polsce SPF 30, nad Morzem Śródziemnym i w Afryce – SPF 50),
- ☐ preparat na oparzenia słoneczne (np. zawierający panthenol).

NA SKALECZENIA, STŁUCZENIA:

- ☐ żel na opuchliznę i obrzęki,
- ☐ plasterki,
- ☐ preparat do dezynfekcji rany,
- ☐ bandaż, opaska elastyczna,
- ☐ okład chłodząco-rozgrzewający,
- ☐ sól fizjologiczna,
- ☐ opatrunek w spreju.

NA CHOROBE LOKOMOCYJNĄ:

- ☐ dla dzieci od 3. miesiąca – leki homeopatyczne,
- ☐ dla dzieci od 2 r. ż. – leki antyhistaminowe),
- ☐ dla maluchów od 3. roku życia – preparaty z imbirem,
- ☐ niezależnie od wieku – opaski akupresurowe zakładane na nadgarstki.

INNE LEKI, które dziecko przyjmuje na co dzień (sprawdź, czy masz zapas na cały wyjazd):

.....

.....

.....

.....