

Trusă de prim ajutor de călătorie



Protecție pentru cel care acordă primul ajutor

- ○ mănuși de unică folosință
- ○ mască pentru respirație artificială
- ○ dezinfectant pentru mâini

Bandaje și pansamente

- ○ plasturi în mai multe mărimi
- ○ bandă de plasture, de tăiat la mărime
- ○ plasturi pentru bășici și iritații prin frecare
- ○ bandă adezivă medicală
- ○ comprese sterile de tifon în mai multe mărimi
- ○ pansament steril ambalat individual
- ○ pansament nonaderent
- ○ fașă de tifon elastică
- ○ bandaj elastic
- ○ bandaj triunghiular

Curățare și protecție

- ○ fiole saline de unică folosință
- ○ antiseptic pentru răni ales împreună cu un farmacist
- ○ pătură de urgență
- ○ pachet rece instant, dacă se potrivește cu excursia

Instrumente

- ○ foarfece cu vârf rotunjit
- ○ pensetă
- ○ dispozitiv pentru îndepărtarea căpușelor
- ○ termometru
- ○ lanternă mică sau lanternă frontală
- ○ baterii de rezervă pentru aparatele pe care le folosești

Medicamente de ales împreună cu un farmacist

- ○ medicament pentru durere și febră, pentru adulți
- ○ medicament pentru durere și febră, pentru copii, dacă este cazul
- ○ medicament pentru rău de mișcare, dacă este nevoie
- ○ soluție de rehidratare orală sau electroliți
- ○ medicament contra diareei potrivit pentru călător
- ○ remediu pentru constipație, dacă este nevoie
- ○ remediu pentru arsuri la stomac sau indigestie, dacă este nevoie
- ○ medicament pentru alergii potrivit pentru călător
- ○ produs pentru calmarea mușcăturilor de insecte, dacă este nevoie
- ○ remediu pentru durere de gât sau tuse, dacă este nevoie

Medicamente și echipamente personale

- ○ medicamente luate în mod regulat
- ○ rezervă suplimentară în caz că întoarcerea se amână
- ○ medicamente personale de urgență prescrise de medic
- ○ dispozitive medicale folosite de călător
- ○ consumabile pentru aceste dispozitive medicale
- ○ pahar dozator sau seringă orală pentru medicament

Protecție pentru destinația ta

- ○ repelent de insecte potrivit pentru vârstă și destinație
- ○ cremă de protecție solară
- ○ produs după plajă pentru arsuri solare ușoare, dacă este nevoie
- ○ plasă de țânțari, dacă destinația o cere
- ○ medicament preventiv recomandat de un medic specialist în medicina călătorului, dacă este cazul

Documente și organizare

- ○ copie după rețetă sau adeverință de la medic
- ○ listă actualizată a medicamentelor și a substanțelor active
- ○ listă cu alergii și afecțiuni importante
- ○ plan de acțiune pentru un medicament de urgență, dacă este cazul
- ○ prospecte ale medicamentelor
- ○ numere de urgență locale
- ○ numerele de telefon ale salvamontului, dacă mergi la munte
- ○ datele asigurării și ale asistenței medicale
- ○ lista conținutului trusei
- ○ etichete cu numele călătorilor
- ○ săculeț impermeabil și opac
- ○ săculeți separați pentru pansamente și medicamente

Listonic

Descărcați de pe App Store

DESCARCĂ DE PE Google Play