Безопасный Новый год: собираем домашнюю аптечку

Новый год уже совсем близко. К такому событию нужно подготовиться основательно: завершить все незаконченные дела, выбрать подарки родным и близким, закупить продукты на праздничный стол и… собрать аптечку!

Врач-кардиолог Областной клинической больницы № 2, к.м.н. Татьяна Сергеевна Пурсанова рассказала, что должно быть у вас всегда под рукой:

– Если у человека имеются предпосылки к ишемической болезни сердца, то в аптечке всегда должен храниться нитроглицерин. При высокой температуре от 38,5 градусов понадобятся жаропонижающие средства, при аллергической реакции – антигистаминные препараты.

На каждый Новый год хозяйки стараются приготовить что-то новенькое и интересное, и все хочется попробовать! Как результат – переедание, при котором необходимо как можно скорее принять лекарственные препараты, содержащие панкреатические ферменты, способные улучшить процессы пищеварения. Если вы отравились, то врачи советуют выпить энтеросорбенты, способные поглощать, обезвреживать и выводить из организма токсические соединения. Людям с язвенной болезнью необходимы препараты, снижающие кислотность.

Стоит побеспокоиться и о наличии в домашней праздничной аптечке противодиарейных средств. Лучше всего выбирать растительные варианты, которые действуют мягко. Параллельно следует запастись препаратами для восстановления водно-солевого баланса и таблетками от тошноты.

– Для оказания быстрой самопомощи нужно хранить в аптечке бриллиантовую зелень и стерильный бинт, который в случае необходимости можно использовать в качестве жгута. Гипертоникам и людям, страдающим сахарным диабетом, я советую в обязательном порядке принимать препараты вовремя. Также диабетикам необходимо контролировать содержание глюкозы в крови, – советует Татьяна Сергеевна.

Специалисты рекомендуют положить в праздничную аптечку разогревающие мази. Ведь люди начинают выходить на прогулки с детьми, их активность в сравнении с обычной жизнью заметно увеличивается, и у неподготовленных организмов все это может вызвать боли в мышцах и суставах. Справиться с ними можно попробовать стандартными процедурами — намазать область поражения разогревающей мазью и укутать ее в тепло.

Отдельной строчкой можно выделить лечебные мази, которые можно использовать при ожогах. Ведь в пору фейерверков и бенгальских огней, а также многочасовой кухонной подготовки к празднику риски ожогов заметно вырастают. И следует заранее закупить препараты, которые помогут быстро восстановить кожные покровы и унять болевой синдром.

Врач-кардиолог отмечает, что в случае острой ситуации лучше сразу обратиться в скорую помощь, чтобы не затягивать и не усугублять положение.

…Этот год прошел для нас в домашнем формате. Мы советуем вам провести новогодние праздники активно и чаще бывать на свежем воздухе! Съездите на горки, покатайтесь на лыжах или коньках, погуляйте в лесу – подарите себе отдых вне стен квартиры и не забывайте с заботой относиться к своему здоровью.

Источник: МЕДИНФО72.