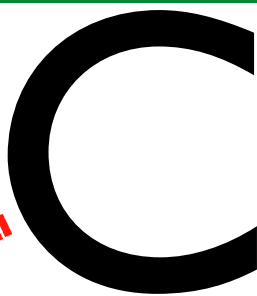




L'ARMADIETTO
DEI MEDICINALI



cosa non deve mancare in casa

SPESSE SI TENGONO AVANZI DI MEDICINE PRESCRITTE DAL MEDICO E, AL MOMENTO DEL BISOGNO, MANCANO I RIMEDI ESSENZIALI. ECCO UN BREVE ELENCO

La farmacia di casa per il primo intervento, da collocare in un posto fresco e asciutto, irraggiungibile dai bambini, deve contenere pochissimi farmaci, di cui si devono conoscere bene le indicazioni, le dosi, i possibili effetti dannosi. Il contenuto va controllato almeno ogni sei mesi, per eliminare le confezioni scadute (non in pattumiera, ma negli appositi contenitori in farmacia) e riacquistare ciò che manca. In questa lista non sono riportate le dosi e le eventuali controindicazioni, in quanto

CONSIGLI PRATICI

possono variare a seconda delle persone e dell'età. Per i farmaci che richiedono ricetta medica sarà il curante a fornire le istruzioni; per gli altri si rimanda al foglietto illustrativo contenuto nella scatola, che è comunque buona norma leggere sempre prima di prendere qualsiasi medicinale. I farmaci qui selezionati hanno le seguenti caratteristiche:

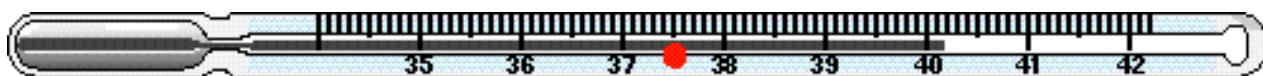
sono utili per curare disturbi fre-

quenti, dolori improvvisi o urgenze in attesa che il medico arrivi e valuti la situazione

non hanno effetti dannosi, tranne che in rare eccezioni, che vengono segnalate fra parentesi

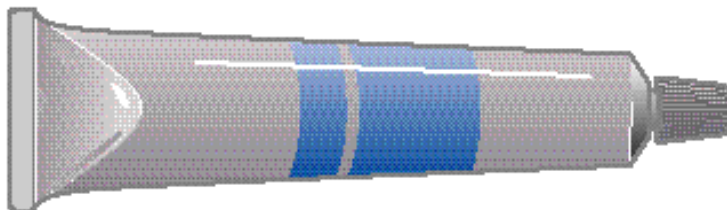
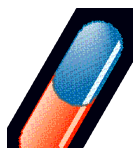
quando è citato un nome commerciale si tratta solo di un esempio tra i più largamente conosciuti in quella categoria: gli altri simili vanno altrettanto bene.

Infine si ricorda che in ogni casa deve anche essere presente il materiale per fare semplici medicazioni.



PER MEDICARE

- una bottiglia di disinfettante non alcolico
- una benda di garza orlata, di altezza media
- una benda elastica per fasciature
- garze quadrate sterili per medicazioni
- una scatola di cerotti di diverse dimensioni
- un rotolino di cerotto di carta
- un termometro
- un paio di siringhe da 5 ml



POMATE E UNGUENTI

- una pomata antiemorroidaria non cortisonica (Preparazione H)
- una pomata a base di eparina per contusioni e lividi (Lasonil)
- una pomata antistaminica per pruriti di varia natura e punture d'insetto (Fargan Crema)
- un unguento da applicare dopo le ustioni superficiali (Foille)
- una crema a base di ossido di zinco, per arrossamenti della pelle (Fissan, Babygella)

FARMACI

- Per la **nausea e il vomito**: domperidone in supposte da 30 mg (Motilium); una formulazione in supposte pediatriche (Fobidon, 10 mg) può essere utile se ci sono bambini in casa
- Per l'**acidità di stomaco**: magnesio e alluminio idrossido in sospensione o in compresse masticabili (Maalox)
- Per la **febbre** e i **dolori lievi**: paracetamolo compresse da 500 mg (Tachipirina) (anche in sciroppo o supposte pediatriche, se ci sono bambini in casa)
- Per il **mal di denti**, il **mal di testa**, i **dolori mestruali**: ibuprofene compresse da 400 mg (Brufen, Moment) o naprossene granulata da 250 mg (Naprosyn mite)
- Per i **dolori intensi e acuti** (solo dopo controllo del medico): diclofenac sodico in fiale intramuscolo da 75 mg (Voltaren fiale)
- Per la **tosse secca notturna**: destrometorfano bromidrato gocce (Aricodil, Fluprim Tosse) (anche per i bambini)

- Per il **raffreddore**: soluzione salina (è il miglior prodotto per stappare il naso ai bambini raffreddati, e può essere usato anche dagli adulti; è invece da evitare l'uso prolungato di spray decongestionanti)
- Per l'**insonnia saltuaria**: valeriana (Valeriana Dispert)
- Per la **stitichezza occasionale**: lassativo a base di semi di psillio (Fibrolax)
- Per i **crampi addominali**: N-butilbromuro di joscina (Buscopan confetti, anche per dolori mestruali); otilonio bromuro (Spasmomen confetti): ambedue andrebbero evitati in chi soffre di ipertrofia prostatica e di glaucoma
- Per **flatulenze e coliche gassose** nei neonati: simeticone gocce (Mylicon); nell'adulto può bastare qualche compressa di carbone vegetale e un'alimentazione priva di sostanze fermentanti per qualche giorno

Ho preso tutto? Ecco la check list. I principi in base ai quali è stata formulata sono esplicitati nell'articolo a pagina 36 di questo numero. Fotocopiatela e conservatela

LA BORSA DEL MEDICO

PRESIDI DIAGNOSTICI

- fonendoscopio
- lampadina
- abbassalingua monouso
- guanti di plastica monouso e gel lubrificante
- martelletto
- multistick per esame urine
- strisce reattive per glicemia
- otoscopio
- torcia elettrica
- sfigmomanometro
- termometro
- abbassalingua
- provette per VES o altri prelievi ematici*
- oftalmoscopio*
- misuratore di picco di flusso espiratorio*
-
-
-
-
-
-
-
-
-

PRESIDI TERAPEUTICI

- pinza anatomica e chirurgica
- salviette disinfettanti
- segnette per fiale
- laccio emostatico
- bisturi sterili monouso
- aghi sterili atraumatici con filo*
- cerotto sostitutivo dei punti
- aghi per endovena a farfalla
- aghi per infusione permanenti
- garze sterili
- cerotto
- siringhe sterili monouso (da insulina, da 2,5, 5 e 10 ml)
- benda orlata sterile
- benda standard
- forbice e pinza per rimozione di punti di sutura
- spaziatore per aerosol dosato*
- vaselina
-
-
-
-
-
-
-
-
-

FARMACI		SCADE IL
PRINCIPIO ATTIVO	FORMULAZIONE	
<input type="checkbox"/> acido acetilsalicilico	comprese da 200-325 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> adrenalina termostabile	in siringa autoiniettante	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> aloperidolo	fiale da 5 mg o gocce	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> atropina solfato	fiale ev da 0,5 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> butilbromuro di ioscina	fiale da 20 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> clorfenamina maleato	fiale da 10 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> clorpromazina	fiale da 50 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> diazepam	fiale im/ev da 10 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> diclofenac	fiale im da 75 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> digossina	fiale da 0,5 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> furosemide	fiale ev da 20 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> idrocortisone emisuccinato	fiale da 500 mg e 1 g	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> isosorbide dinitrato	comprese sublinguali da 5 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> metoclopramide	fiale da 10 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> morfina cloridrato	fiale da 10 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> naloxone	fiale ev da 0,4 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> nifedipina	capsule da 10 mg	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> salbutamolo	aerosol dosato da 100 µg/puff	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> soluzione fisiologica	flacone da 50-100-250-500 ml	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> soluzione glucosata al 33%	fiale ev da 10 ml	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> trinitroglicerina	aerosol da 400 µg/puff	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> placebo	per os ed ev	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>		<input type="text"/>

FARMACI DI USO COMUNE

	SCADE IL
<input type="checkbox"/> antifebbrile per os	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> antispastico per os	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> FANS	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> antibiotico ad ampio spettro per os e im	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/> ansiolitico in gocce	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="text"/>

STRUMENTI CARTACEI

- modulistica e timbro
- lista di numeri telefonici di emergenza
- prontuario dei farmaci
- guida alle posologie pediatriche
- eventuale cartella clinica del paziente
-
-
-
-
-

DATA DELL'ULTIMO CONTROLLO

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------

DATA DELL'ULTIMA MESSA A PUNTO DEGLI STRUMENTI

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------

DATA DELL'ULTIMA SOSTITUZIONE DI FARMACI DEPERIBILI

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
----------------------	----------------------	----------------------



Controllate periodicamente il contenuto della vostra borsa usando la presente lista come promemoria. Gli elementi contrassegnati da asterisco sono considerati facoltativi. Le righe aggiuntive vi permettono di personalizzare il materiale.