

Tisková informace

Lékárníci radí, co patří do standardní výbavy domácí lékárničky

Každý je občas nemocný nebo zraněný a nezdíka přichází tyto obtíže nečekaně, v nejméně vhodnou dobu. Nejen proto bychom doma měli mít správně vybavenou domácí lékárničku. Jaké základní vybavení do ní patří?

Univerzální složení lékárničky pro všechny domácnosti neexistuje. Nezáleží pouze na tom, kdo v ní žije – zda jde o jednoho dospělého, velkou rodinu s mnoha dětmi různého věku či například o seniorský pár. Obsah je třeba upravit i podle toho, jestli jsou jedinci běžně zdraví nebo zda se domácnost obývá například chronický pacient. Jinak vybavenou domácí lékárničku by měli mít lidé, kteří se hodně věnují sportu nebo kutilství, jinak lidé, jejichž odolnost vůči běžným infekcím je nižší a často a rychle onemocní. Níže uvedené léky a prostředky by však neměly nikdy chybět:

- **Léky na teplotu a bolest** s obsahem paracetamolu nebo ibuprofenu
- **Léky na zažívací potíže**, především průjem nebo zvracení
- **Živočišné uhlí**
- **Antihistaminikum**
- **Nosní kapky**
- **Oční kapky** s dezinfekčním účinkem
- **Sirupy na kašel** – na odkašlávání i antitusický
- **Teploměr**
- **Náplasti, sterilní krytí, obvaz**
- **Dezinfekce**

Vedle tohoto základu je nutno další vybavení přizpůsobit individuálním potřebám členů domácnosti. V dostatečném množství jsou potřeba léky užívané chronickými pacienty – lékárníci doporučují zhruba měsíční zásobu. Lidé by neměli opomínat ani **tzv. léky záchraňující život** (např. nitroglycerin pro kardiaky, adrenalinový autoinjektor pro alergiky s anafylaktickou reakcí aj.) U sportovců a kutilů by měla obsahovat dostatečné množství náplastí a obvazů (včetně elastických) a tzv. vlhké krytí. Do lékárniček by kromě uvedeného základního výčtu měl patřit také repelent a pinzeta na odstranění klíšťat.

Zásady domácí lékárničky

Domácí lékárničku je vhodné mít přehledně uspořádanou. Dětské léky oddělit od léků pro dospělé.

- Léky uchovávejte v originálním balení a nikdy nevyhazujte příbalový leták.
- Léky uchovávejte na suchém, chladném, tmavém místě.
- Léky uchovávejte vždy mimo dosah dětí.
- Alespoň dvakrát za rok kontrolujte expiraci u všech přípravků.
- Prošlé léky nevyhazujte do popelnice, ale vraťte je do lékárny.

Léky jsou přípravky zvláštní povahy, které pomáhají, když jsou užívané správně, a naopak ubližují, když jsou užívané špatně. Další užitečné rady a ověřené informace naleznete na webu <http://www.lekarnickekapky.cz>. Najdete zde i například podrobný článek o tom, jak si správně vybavit autolékárničku nebo lékárničku nejen na cesty na letní dovolené.

Pro další informace:

PharmDr. Lubomír Chudoba, prezident ČLnK:
Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., viceprezident ČLnK:
Mgr. Michaela Bažantová, tisková mluvčí ČLnK:

+420 734 682 233, chudoba@lekarnici.cz
+420 603 796 826, krebs@lekarnici.cz
+420 776 365 213, bazantova@lekarnici.cz

