

Аптечка личная		
Запасной комплект "глаз"		Для тех, кто катается в очках с диоптриями - вторые очки!! Кто носит линзы - комплект запасных линз, жидкость для линз и обязательно очки!!
Бинт или перевязочный пакет		
Эластичный бинт или наколенник (по показаниям)		Используется в соответствии назначенным лечением или доза увеличивается, если есть вероятность ухудшения состояния.
Маска медицинская (для транспорта)		
Крем от загара		фактор защиты в зависимости от переносимости солнца, чем больше, тем лучше
Любимые (и проверенные) препараты от всякой хронии		Используется в соответствии назначенным лечением или доза увеличивается, если есть вероятность ухудшения состояния.

Аптечка групповая

Первой помощи, в быстром доступе	кол-во	Примечание
Бинт стерильный 7м x 14см	4	
Эластичный бинт	1	
Стерильные салфетки, 7x7 см, 3 шт в упаковке	4	
Мирамистин	100 мл	
Перекись водорода	100 мл	
Хлоргексидин	100 мл	
Пластырь в рулоне широкий и узкий	по 1 шт	
Бактерицидный пластырь, разного размера	20	
Салфетки кровоостанавливающие	3	
Перчатки	6	
Салфетки спиртовые	10	
Дополнительные перевязочные материалы		
Бинт самофиксирующийся Peha-haft 4м x 10см	1	
Бетадин (Повидон-йод) или йод	1	Современный йод, можно лить в рану, возможны аллергии на йод
Обезболивающие, противовоспалительные, спазмолитические, жаропонижающие, противоотечное		
Кетарол (кетаролак)	10	Сильное обезболивающее. Можно принять вместе с антигистаминным для усиления эффекта
Ибупрофен	20	Жаропонижающее, обезболивающее, противовоспалительное
Но-шпа (дротаверина гидрохлорид/дюспаталин), табл	20	Спазмолитик. По 2 табл. на прием
Дексаметазон	10	Глюкокортикоид, в критических ситуациях сильно улучшает самочувствие. глюкокортикоидное, противовоспалительное, противоаллергическое, противошоковое, иммунодепрессивное, препарат широкого спектра действия, применять строго по инструкции.
При заболеваниях дыхательных путей		
Также см. мирамистин (первая помощь)		Брызгать в горло
Ларипронт	10	Боли в горле
АЦЦ	10	подавляет кашлевой рефлекс. При кашле без отхождения мокроты (непродуктивном). 1 табл. 2 раза/день, растворить в стакане теплой воды
Тизин (ксимелин)	1	При "заложенности" носа. Сужают сосуды в носовых ходах, убирая отёк. Капать по 1-3 капли 2-3 раза в день. Не использовать больше 7 дней: нос потом будет заложен хронически!
Эффералган (порошки)	3	Комплексный препарат от простуды
Желудочно-кишечные		
Лоперамид, табл	20	Останавливает диарею, не устраняя её причины. Сначала выпить 2 капсулы, затем по 1-й после каждого жидкого стула.
Сенаде, таб.	10	При запоре. По 2-3 таб. на ночь
Смекта	12	При интоксикациях, отравлениях
Гастал	10	От изжоги
Церукал	10	При неконтролируемой рвоте
Мезим	20	Фермент
Антигистаминные		
Лоратадин/лоратадин/кларитин	20	Противоаллергическое. 1 табл. В сутки
Мази		

Псилобальзам	1	От потертостей в паховой области, для аллергических реакций, после укусов насекомых
Долгит	1	Противовоспалительное, противовоспалительное, анальгезирующее и противоотечное действие. Больные колени, невриты, артриты и т.п. 2 раза/день
Ацикловир	1	При герпесе
Стрептоцид	2	Антибактериальный препарат - гнойные раны, глубокие раны и ожоги
Офломелид	1	Стимулятор регенерации. Раны+ожоги. обезболивает, заживляет, убивает микробы Важно имеет отчетливый эффект, в связи с этим забывают о курсовом применении, ВАЖНО ! Оч сильно тает на коже и течёт наносить минимально!
Сердечные		
Нитроглицерин	10	Препарат при болях в сердце. Строго по показаниям. Принимать лежа. Возможны коллапсы. Предполагаемый возраст людей с необходимостью применения от 35 лет.
Глазные, ушные		
Левомецитиновые капли	2,5мл	капли в глаза, антисептик при воспалениях, при попадании в глаза посторонних предметов
Отипакс	1 фл	отит
Прочее		
Ножницы		
Электронный термометр		
Пинцет для вытаскивания клещей, нитка		
Салфетки с нашатырем	2	
Физраствор в пласт ампулах	2	для промывания глаз, если попал песок/пыль
Крем от загара, фактор 50		
Панангин (калий+магний)/аспаркам	20	Если сводит ноги, по 1 табл. утром и вечером
Маски медицинские 12 шт		
Антибиотики широкого спектра		
Ципрофлоксацин	20	500 мг 2 раза/сут. В том числе для инфекций мочевых путей и инфекций ЖКТ
Коронавирусная инфекция		
Азитромицин	20	
Ингавирин	20	
Средство от комаров/клещей	1 фл.	
Драмина	10	Средство от укачивания, принимать строго по инструкции.