

СОСТАВ МЕДИЦИНСКОЙ АПТЕЧКИ (Золотое кольцо-2023)

Наименование	Кол-во	Показания, действие	Дозы и кратность применения
ПЕРЕВЯЗОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ			
Бинт стерильный 10 см	1 уп		
Бинт стерильный 14 см	2 уп		
Бинт эластичный 8 см	2 м		
Салфетки стерильные 45х29 см	2 уп (х10 шт)		
Пластырь бактерицидный шир.	2 уп.		
Лейкопластырь рулонный	1 рул		
АНТИСЕПТИКИ И ПРОТИВОМИКРОБНЫЕ ПРЕПАРАТЫ			
Перекись водорода (3%), 10мл	4 фл	Антисептик. Обладает очищающим эффектом, кратковременным бактерицидным эффектом. Обладает гемостатическим эффектом. Обработка небольших поверхностных открытых ран, мелкие капиллярные кровотечения из поверхностных ран, носовое кровотечение. Промывания и полоскания при стоматите и ангине. В отличие от Хлоргексидина бактериостатическим свойством не обладает, при антисептической обработке повреждает окружающие здоровые клетки, замедляя заживление ран.	Перед обработкой перекисью рану следует очистить. Наносить перекись с помощью ватного тампона или марли. При полоскании разводится с водой 1:1. Нельзя применять одновременно с хлоргексидином.
Хлоргексидин 50 мг, 10 мл	4 фл + у каждого	Антисептик, дезинфицирующее и бактерицидное средство. Эффективен при инфекциях. Устраняет очаг инфекции. Обеззараживает раны, очищает слизистые поверхности кожи. Основное отличие от перекиси водорода - в его свойстве подавлять развитие и размножение бактерий, ускоряя заживление ран.	Для промывания ран и ссадин тампон нужно смочить в растворе, наложить на поврежденную поверхность, оставить на 7 минут. Нельзя использовать вместе с мылом, перекисью и йодом.
Фурацилин 20 мг, таблетки	10 шт	Полоскания/промывание раствором при ангине, стоматите, конъюнктивите, гнойных ран, ожогов	1 таб (20мг) на 100 мл воды
Зеленка, 10 мл	1 фл	Антисептик. Свежие посттравматические раны, ссадины	Раствора, наносится с использованием ватных палочек или марлевых тампонов непосредственно на травмированные кожные поверхности. Обработка зеленкой должна захватывать небольшую зону здоровых кожных покровов, находящихся вокруг поврежденных тканей.
Сульфацил натрия, капли, 0.5 мл	7 фл	Антибактериальное средство для местного применения. Глазные капли. Гнойные язвы роговицы, конъюнктивиты	2-3 капли в каждый глаз 5-6 раз/сут
АНТИГИСТАМИННЫЕ ПРЕПАРАТЫ			
Супрастин 25 мг, таблетки	10 шт	Пищевая и лекарственная аллергия. Аллергические реакции на укусы насекомых.	1 таб 3-4 раз/сут Нельзя применять совместно с алкоголем. На начальной стадии приема может вызывать сонливость.
БОЛЕУТОЛЯЮЩИЕ И ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ ПРЕПАРАТЫ			
ЦитрамонП 240+180+30 мг, таблетки (ацетилсалициловая кислота + парацетамол + кофеин)	3 шт	Болевой синдром слабой и умеренной выраженности (головная боль, зубная боль, боли в мышцах, невралгия) Лихорадочный синдром. <i>Повышает давление!</i>	1-3 таб 2-3 раза/день. Максимальная суточная доза – 6 таб

Нурофен 400 мг (ибупрофен)	10 шт	Головная боль, зубная боль, суставные боли, ревматические боли, невралгия. Мышечные боли, вызванные травмами и растяжениями. Боли в спине при остеохондрозе. Лихорадка при простуде или гриппе	1 таблетка 2-4 раза в сутки. Нельзя принимать вместе с аспирином!
Кетанов 10 мг, таблетки (кеторолака трометамин)	4 шт	Болевой синдром сильной и умеренной выраженности: травмы, зубная боль, невралгия, радикулит, вывихи, растяжения, ревматические заболевания.	1 таб до 4 раз/сут
Ацетилсалициловая кислота 500 мг, таблетки	2 шт	Препарат оказывает анальгезирующее, жаропонижающее и противовоспалительное действие. Болевой синдром, головная боль, зубная боль, боль в горле, боль в спине и мышцах, боль в суставах, повышенная температуры.	1 таб после еды до 6 раз в сутки с интервалом не менее 4 часов
ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ			
Граммидин Нео (с анестетиком) 3 мг, таблетки для рассасывания	15 шт	Антибиотик, антисептик и анестетик (местный). Инфекционно-воспалительные заболевания полости рта и горла: острый фарингит, тонзиллит, ангина, пародонтоз, гингивит, стоматит	По 1 таб. 3-4 раза/сут. 5-6 дней. После приёма не есть и не пить 1-2 часа. Курс – 15 таблеток
АНТИБИОТИКИ, ПРОТИВОВИРУСНЫЕ ПРЕПАРАТЫ			
Азитромицин 500 мг, таблетки (азитромицин)	3 шт	Бактериостатический антибиотик широкого спектра действия. Инфекции дыхательных путей и ЛОР-органов (фарингит, тонзиллит, синусит, средний отит, бронхит, пневмония) Инфекции мочеполовых путей (уретрит). Начальная стадия боррелиоза (б. Лайма)	По 500 мг 1 раз/сут в течение 3-х дней. Принимать за один час до еды или через два часа после. Курс – 3 таблетки Боррелиоз. В первые 72 часа с момента присасывания клеща (клещ присосался на 36 и более часов). В первый день одновременно 2 капс. по 500 мг, затем со 2-го по 5-й день по 500 мг ежедневно. Курсовая доза 3.0 г.
Ципролет, капли глазные (ципрофлоксацин)		Противомикробное средство широкого спектра действия. Инфекционные заболевания глаза	1-2 капли в конъюнктивальный мешок пораженного глаза каждые 4 часа
Витамины компливит	50 шт	Для профилактики общего состояния	
СПАЗМАЛИТИКИ			
Но-шпа 80 мг, таблетки	20 шт		120-240 мг в сут (в 2-3 приема)
ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ ПРЕПАРАТЫ			
Активированный уголь 250 мг, таблетки	20 шт	Сорбент.	250-750 мг 3-4 раза/сут. В качестве антидота – индивидуальная дозировка
Смекта, порошок (смектит)	9 пак	Противодиарейный препарат с адсорбирующим действием. Диарея аллергического, лекарственного генеза, при нарушении режима питания и качественного состава пищи. Изжога, вздутие	3 пакетика/сут в течение 3-7 дней. Суточная доза может быть удвоена в начале лечения. Содержимое пакетиков растворяют в 1/2 стакана воды. Предпочтительно принимать между приемами пищи.
Лоперамид 2 мг, капсулы (лоперамид)	10 шт	Снимает симптомы диареи, не лечит. Диарея неинфекционная!	Первая доза - 4 мг, затем - по 2 мг после каждого акта дефекации в случае жидкого стула. Макс суточная доза 16 мг
Энтерофурил 200 мг, капсулы (нифуруксазид)	20 шт	Противомикробный препарат. Диарея инфекционного происхождения	По 200 мг 4 раза/сут. Курс лечения – 5-7 дней. Не более 7 дней. Курс – 20 капсул
Омез	10 шт	Изжога, язвы, быстрое и эффективное снижение дневной и ночной секреции соляной кислоты	20 мг 1 раз/сутки. За 30 мин до еды
МАЗИ, ГЕЛИ, КРЕМ			
Офломелид, мазь (офлоксацин, лидокаин)	1 туб.	Мазь с антибиотиком. Инфицированные раны, ожоги 2-4 степени. Препаратом пропитывают стерильные марлевые салфетки, которыми рыхло заполняют рану.	Наружно. 1 раз в день в течение 1-2 недель. После обработки раны/ожога наносят тонким слоем на раневую поверхность
Найз 1%, гель, 50 г (нимесулид 10 мг)	1 туб	Обезболивающее и противовоспалительное средство. Воспаление связок, сухожилий, бурситы, посттравматическое воспаление мягких тканей и опорно-двигательного аппарата (повреждения и разрывы связок, ушибы), болевой синдром различного генеза (в т. ч. при травмах, зубная боль, головная боль).	Столбик геля длиной примерно 3 см наносят на область максимальной болезненности, растирая равномерным тонким слоем (не втирать) 3-4 раз в сутки. Максимальная доза - 5 мг на кг массы тела/сут. (в 1 г геля 10 мг)
Диклофенак 5%, гель	1 туб.	Боли в спине при воспалительных заболеваниях позвоночника (радикулит, остеоартроз), боли в суставах при остеоартрозе, боли в мышцах (вследствие растяжений, перенапряжений, ушибов, травм), воспаление и отечность мягких тканей и суставов вследствие травм и при ревматических заболеваниях (бурсит)	Наносят тонким слоем над очагом воспаления 3-4 раза в день и слегка втирают. Разовая доза препарата: 2-4 г (что по объему сопоставимо с размером крупной вишни)
ИНСТРУМЕНТЫ и пр.			

Ножницы, пинцет			
Клещедёр			
Термометр			
Жгут (эспандерная резинка)			
Булавки англ.			
Ватные палочки, диски			
Перчатки	1 компл		

СОСТАВ ЛИЧНОЙ АПТЕЧКИ (должна быть у каждого участника)

Обязательное:

- стерильный бинт 14 см (1 уп.)
- перекись водорода (1 фл. 10 мл)
- хлоргексидин (1 фл. 10 мл)

Рекомендованное:

- пластырь бактерицидный разного размера (если есть вероятность натереть ноги - берите больше);
- наколенник, либо кинезиотейп (если есть проблемы с коленями);
- «любимые» лекарства (те препараты, которые вы принимаете достаточно часто, либо препараты, которые вам лучше всего помогают, но их нет в общественной аптеке)