

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

Κάθε οργανωμένο Φαρμακείο που «σέβεται» τον «εαυτό» του και τους πελάτες του, θα πρέπει να διατηρεί ένα τουλάχιστον στοιχειωδώς οργανωμένο φαρμακείο πρώτων βοηθειών με τουλάχιστον τα απολύτως απαραίτητα υλικά.

Ένα πλήρες φαρμακείο θα πρέπει να περιέχει

- Μάσκες τεχνητής αναπνοής ή μαντιλάκια μιας χρήσεως
- Φιάλη οξυγόνου με ρυθμιζόμενη παροχή
- Μάσκες χορήγησης οξυγόνου τύπου **Venturi**
- Αυχενικό κολάρο
- Αερονάρθηκες ή απλοί νάρθηκες
- Στοματοφαρυγγικοί σωλήνες ή και ρινοφαρυγγικοί
- Κουβέρτες

Α) ΕΠΙΔΕΣΜΙΚΟ ΥΛΙΚΟ

- Αποστειρωμένες γάζες.
- Βαζελινούχες, αποστειρωμένες, γάζες.
- Μη αποστειρωμένες γάζες.
- Ρολό γάζας («επίδεσμος»).
- Ελαστικούς επιδέσμους – τουλάχιστον-έναν από κάθε μέγεθος.
- Αυτοκόλλητο επιδεσμικό ρολό.
- Τσιρότο σε καρούλι.
- Τσιρότα σε τεμάχια (κομμάτια) διαφόρων μεγεθών και τύπων.
- Τριγωνικό επίδεσμο - τουλάχιστον έναν.

Β) ΒΑΣΙΚΑ ΥΛΙΚΑ ΠΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΤΩΝ ΤΡΑΥΜΑΤΩΝ

- Οξυζενέ.
- Καθαρό, άσπρο, οινόπνευμα.
- Φυσιολογικό ορό (για το καθάρισμα των πληγών).
- Ιωδιούχο ποβιδόνη 10% (αντισηπτικό).
- Βαμβάκι.
- Αντιβιοτικό σε σπρέι ή αλοιφή.

Γ) ΛΟΙΠΑ ΥΛΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ ΤΩΝ ΤΡΑΥΜΑΤΩΝ - ΚΑΤΑΓΜΑΤΩΝ

- Νάρθηκες απλούς ή και αερονάρθηκες
- Ψυκτικό σπρέι.
- Παγοκύστη / θερμοφόρα.
- Παγάκια ή ειδικά επιθέματα υδρόφιλων ουσιών (στο ψυγείο).
- Κομπρέσες ψύξεως μιας χρήσεως

Δ) ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ

- Αντιόξινα.
- Παρακεταμόλη.
- Μαγειρική σόδα.
- «Φυσικά δάκρυα» για τα μάτια (ανά 30 ημέρες ανανέωση εφόσον έχει ανοιχτεί).
- Κολλύριο (σταγόνες) για τα αυτιά (ανά 30 ημέρες ανανέωση εφόσον έχει ανοιχτεί).
- Κορτιζόνη ενέσιμη.

Ε) ΑΛΟΙΦΕΣ

- Κορτιζονούχο αντιαλλεργική αλοιφή.
- Βαζελίνη.
- Αντιϊσταμινική αλοιφή.
- Water gel κομπρέσες για εγκαύματα.
- Ρινική αλοιφή.

ΣΤ) ΔΙΑΦΟΡΑ

- Αμμωνία.
- Μάσκα τεχνητής αναπνοής (απολύτως απαραίτητος!!!) / φιάλη οξυγόνου.
- Σύριγγες ενέσεων (για χρήση από ιατρούς και νοσηλευτές).
- Αποστειρωμένες βελόνες.
- Καρφίδες (παραμάνες) ασφαλείας.
- Νυστεράκια αποστειρωμένα.
- Ψαλίδι.
- Λαβίδα.
- Έναν μικρό κυλινδροειδή φακό.

Το χειμώνα καλό είναι να υπάρχουν και θερμαντικές αλοιφές, ενώ την άνοιξη είναι απαραίτητο και inhaler (εισπνευστό) για τα άτομα που πάσχουν από αλλεργίες

Ένα καλό βιβλίο πρώτων βοηθειών -
άμεσων ενεργειών

Σημείωση: Στο εμπόριο κυκλοφορούν «έτοιμα» ειδικά «φαρμακεία» - βαλίτσες με όλα τα απαραίτητα υλικά, τα οποία μπορούν να μεταφερθούν εύκολα παντού.

Τα ελάχιστα (μίνιμουμ) που μπορεί να περιέχει ένα τέτοιο «φαρμακείο» πρώτων βοηθειών είναι:

- Ελαστικοί επίδεσμοι.
 - Επίδεσμοι από γάζα.
 - Γάζες αποστειρωμένες σε πακέτο.
 - Φαρμακευτικό βαμβάκι.
 - Λευκοπλάστη.
 - Έτοιμα κομμάτια Λευκοπλάστη με γάζα, σε διάφορα μεγέθη.
 - Παραμάνες.
 - Ψαλίδι.
 - Ασπιρίνη ή Παρακεταμόλη.
 - Οξυζενέ.
 - Άσπρο οινόπνευμα.
 - Διάλυμα αμμωνίας.
 - Ιωδιούχο ποβιδόνη (διάλυμα).
 - Κρέμα κορτιζόνης.
 - Αντισηπτικό κολλύριο. 16 Μια σύριγγα.
-
- Κορτιζόνη σε ενέσιμη συσκευασία.
 - Μάσκες τεχνητής αναπνοής

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΑ «ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ»

- Όλα τα φάρμακα πρέπει να φυλάσσονται σε σκιερό και δροσερό μέρος στο οποίο δεν μπορούν να έχουν πρόσβαση μικρά παιδιά.
- Πρέπει να προσέχουμε πάντα την ημερομηνία λήξης του υλικού πριν το χρησιμοποιήσουμε. Προτείνεται ο μηνιαίος έλεγχος του φαρμακείου και η καταγραφή των φαρμάκων που απαιτούν ανανέωση σε εύλογο χρονικό διάστημα.
- Πρέπει να ανανεώνουμε έγκαιρα όσα υλικά καταναλώνουμε, βάζοντας «όρια ασφαλείας» και κρατώντας μικρά αποθέματα.
- Ληγμένο φαρμακευτικό υλικό δεν το κρατάμε. Το συσκευάζουμε με ασφάλεια πριν το πετάξουμε - δεν το «πετάμε» απλώς στα σκουπίδια!
- Σε χώρους όχι καλά φυλασσόμενους δεν κρατάμε πάνω από 5 δισκία σε κάθε συσκευασία φαρμάκου - με εξαίρεση τα καρβονάκια που πρέπει να έχουμε τουλάχιστον 50.

- Σε καμιά περίπτωση δεν διατηρούμε στο φαρμακείο μας ενέσιμα φάρμακα και ειδικά όταν περιέχουν ναρκωτικές ουσίες ή αναβολικά στεροειδή και συναφή μυοαναπτυξιακά φάρμακα.

- Όλο το φαρμακευτικό υλικό θα πρέπει να χρησιμοποιείτε με «φειδώ».

- Για καλύτερη διατήρηση και προφύλαξη των υλικών, είναι καλό να προμηθευτείτε έναν ειδικό φαρμακευτικό φωριαμό τον οποίο να κλείνετε με λουκέτο ή κλειδαριά ασφαλείας. Αντικλείδι θα πρέπει να έχουν μόνον τα επιφορτισμένα για το φαρμακείο άτομα - πάντα όμως κατά την ώρα λειτουργίας του φαρμακείου θα πρέπει να υπάρχει πρόσβαση στα κλειδιά που ανοίγουν τον φωριαμό.

ΕΙΔΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ

1. Μην επιχειρήσετε να δώσετε συστηματικά (δηλαδή πέραν του ενός χαπιού) οποιοδήποτε φάρμακο σε οποιοδήποτε ασθενή. Μοναδικός υπεύθυνος για αυτό είναι ο γιατρός ή ο προσωπικός γιατρός του ασθενή.

2. Δεν είστε γιατρός, δεν έχετε εκπαιδευτεί ως γιατρός και για αυτό δεν έχετε κανένα δικαίωμα, αλλά ούτε και τις γνώσεις, για να συμπεριφερθείτε σαν γιατρός.

3. Μην ξεχνάτε ότι η εφαρμογή ιατρικών ενεργειών από άτομα που δεν κατέχουν την άδεια εξάσκησης επαγγέλματος μπορεί να έχει σοβαρές νομικές συνέπειες - άσχετα με την έκβαση της πορείας του ασθενούς.

*ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ η χορήγηση οποιουδήποτε
φαρμάκου*

χωρίς ΙΑΤΡΙΚΗ
ΣΥΝΤΑΓΗ!

ΠΡΟΣΟΧΗ !!

**!! Σε χρήση ηρεμιστικών
ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ η λήψη αλκοόλ**

**!! Σε χρήση αλκοόλ
ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ η
λήψη ηρεμιστικών**

=>Όλα τα «θετικά» από την λήψη οποιουδήποτε
φαρμάκου θα πρέπει να εξετάζονται και τελικά
να σταθμίζονται συγκρίνοντας τις πιθανές
ωφέλειες με τις πιθανές παρενέργειες.
ΟΛΑ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ ΕΧΟΥΝ ΚΑΙ
ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ
(«παρενέργειες»).

**Φάρμακα μπορεί να χορηγεί
ΜΟΝΟΝ ο ιατρός και σε καμιά
περίπτωση Εγώ, εσείς, εμείς, και γενικά
μη εξειδικευμένα άτομα!**

ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ ΥΠΕΡΕΠΕΙΓΟΥΣΑΣ ΔΙΑΚΟΜΙΔΗΣ ΣΕ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ

Η διακομιδή στο νοσοκομείο είναι άμεσα απαιτητή όταν ο πάσχοντας παρουσιάζει:

- Κάθε απώλεια συνείδησης.
- Κάθε μείωση διαύγειας / διάνοιας.
- Προβλήματα ή αδυναμία βάδισης.
- Έντονη κεφαλαλγία.
- Βραδύ ή ταχύ ή άρρυθμο σφυγμό.
- Αλλοίωση αντανακλαστικών.
- Νωθρότητα αντίδρασης στις κόρες των ματιών.
- Μύση ή μυδρίαση.
- Διέγερση
- Ανοικτό κάταγμα κρανίου με ή χωρίς ορατή αιμορραγία.
- Ταχεία αλλαγή ζωτικών σημείων.

ΟΙ ΕΥΘΥΝΕΣ ΤΟΥ ΠΑΡΕΧΟΝΤΟΣ ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

*Οι τεχνικές των πρώτων βοηθειών δεν διδάσκονται με «μέθοδο άνευ διδασκάλου» διαβάζοντας δηλαδή και μόνο.
Πρέπει να πάρετε ειδικά μαθήματα και να περάσετε από πρακτική εκπαίδευση.
Ακόμα κι αν αποκτήσετε κάποια βεβαίωση που θα πιστοποιεί την ικανότητα σας να παράσχετε πρώτες βοήθειες, θα πρέπει να ανανεώνετε συνεχώς τις γνώσεις σας, παρακολουθώντας τα κατάλληλα σεμινάρια, γιατί οι τεχνικές αυτές αλλάζουν συνεχώς και μεταβάλλονται προς το καλύτερο, εμπλουτιζόμενες με νέες πιο ασφαλείς και πιο αποτελεσματικές τεχνικές..*

1.Εκτιμήστε την κατάσταση του πάσχοντα

2.Αναγνωρίστε την κάκωση ή την νόσο από την οποία υποφέρει ή τα επικίνδυνα συμπτώματα του.

3.Εφαρμόστε αμέσως σωστές και επαρκείς πρώτες βοήθειες.

4.Φροντίστε χωρίς καθυστέρηση για τη σωστή μεταφορά του πάσχοντα σε νοσοκομείο, ιατρό ή στο σπίτι του (αναλόγως της κατάστασης).

5.Πληροφορήστε τους υπεύθυνους για το τι ακριβώς συνέβη κι αν μπορείτε δώστε ένα πλήρες ιστορικό του τρόπου με τον οποίο συνέβη.

Να θυμάσαι πάντα:

1. Δεν είσαι ιατρός γι' αυτό μην τον υποκαθιστάς
2. Ειδοποίησε έγκαιρα για βοήθεια.
3. Πρόσφερε τις ενδεικνυόμενες πρώτες βοήθειες.
4. Ότι χρησιμοποιείς πρέπει να είναι απόλυτα καθαρό.
5. Μην κάνεις ενέσεις και μην φάρμακα αν δεν είναι 100% αναγκαίο κι αν από αυτό δεν κρίνεται η ζωή του πάσχοντος.
6. Περιορίσου στα «βασικά». Μην κάνεις πράγματα που δεν γνωρίζεις καλά κι απόλυτα.
7. Μην μετακινείς τον πάσχοντα αν δεν ξέρεις το πώς. Μετακίνα τον πάσχοντα μόνον εάν από την ενέργεια σου αυτή κρίνεται η ζωή του ή η δική σου ζωή