

НАШ КОНСУЛЬТАНТ ✓

# Свой аптечный АРСЕНАЛ

Наша жизнь полна неожиданностей, причем, не всегда приятных. А ведь многих из них можно избежать, если постоянно заботиться о сохранении своего здоровья. Облегчить эту задачу поможет собственный аптечный арсенал, необходимый для оказания первой доврачебной помощи.



Помнить об этом очень важно тем, кто в пути (особенно, в московских пробках). И не стоит надеяться, что кто-то позаботится о доврачебной помощи автолюбителям и их пассажирам, которые могут попасть в различные ситуации. Так, в прошлом месяце всю страну облетело трагическое известие: 40-летний депутат Госдумы РФ Максим Головин скончался от обширного инфаркта на пороге московского НИИ имени Вишневецкого, куда его среди бела дня срочно доставили коллеги. Тогда много говорилось о преступном равнодушии врачей, которые, не желая нарушить ведомственные инструкции, не предприняли должных мер для спасения «прибывшего самотеком» пациента. Однако, почему-то удивления не вызвал тот факт, что, когда человеку в машине стало плохо, ни у кого из его спутников не нашлось лекарств, необходимых для оказания экстренной помощи при сердечном приступе.

И это объяснимо. Почти год назад (с 1 июля 2010 года) всех автолюбителей России обязали иметь при себе аптечку нового образца, в состав которой включены лишь пять разновидностей пластыря, салфетки для перевязки, перчатки, прибор искусственного дыхания «рот в рот», жгут, ножницы и шесть бинтов разных размеров. И никаких лекарств, которыми комплектовалась старая аптечка автомобилиста. Это раньше каждому водителю необходимо было иметь при себе сердечные препараты, в том числе «Нитроглицерин», «Валидол», «Корвалол» или настойку валерианы, а также «Аспирин», который может помочь при инфаркте, препятствуя формированию кровяных сгустков и предотвращая дальнейшую блокировку артерии. А теперь все эти препараты иметь не обязательно. Так что, описанная трагическая ситуация лишней раз подтверждает, как важно автомобилисту обеспечить себя не только аптечкой, необходимой для показа автоинспектору, но и лекарствами, которые в ней не предусмотрены.

Важно запастись необходимыми препаратами, собираясь на дачу или в путешествие. К сожалению, многие оставляют это на последний момент, и, забегая в аптеку, не всегда могут припомнить все необходимое. А потому мы обратились к нашему консультанту Ольге Евгеньевне Шаровой, заведующей аптекой сети «Сердечко» (ул. Чертановская, 9, к. 1), с просьбой подсказать: какие лекарства и другая продукция из аптечного ассортимента необходимы отдыхающим на отдых. Вот, что она сообщила.

Существует такое понятие, как «Аптечка первой помощи». И это обязательно готовый набор, упакованный в специальный кофр. Все необходимое можно подобрать в аптеке по отдельности, с учетом возраста членов семьи и возможных проблем со здоровьем. В первую очередь, нужно иметь под рукой все, что может понадобиться для обработки ран. Это мирами-

стин (для дезинфекции), антисептический раствор (перекись водорода), антибактериальная мазь или порошок для наружного применения (например, «Бепантен»). Можно еще запастись гидрокортизоновой мазью — для обработки укусов и раздражений. Чтобы оказать помощь при ожогах, можно использовать мази «Алазол» и «Пантенол», противоожоговый гель и гелиевые повязки «Апполо». Могут понадобиться обезболивающие препараты («Анальгин», «Баралгин», «Максиган»). Для предотвращения болевого шока можно использовать «Аспирин» и анальгетики.

Кстати, недавно продлили до 1 ноября безрецептурный отпуск таких обезболивающих препаратов, как «Пенталгин-Н», «Каффетин», «Коделак», «Солпадеин», «Нурофен Плюс» и «Терпинкод», которые, по инициативе ФСКН, с 1 мая должны были отпускаться в аптеках только по рецептам. Так что, те, кто привык пользоваться этими препаратами (по прямому назначению), могут не волноваться — они пока по-прежнему доступны в свободной продаже.

Важно иметь в своей аптечке противовоспалительные и жаропонижающие препараты («Аспирин», «Парацетамол»), антигистаминные препараты («Супрастин», «Эриус») — чтобы справиться с аллергическими реакциями; препараты для помощи при отравлениях («Смекта», «Энтеродез», «Фильтрум СТИ»); при диарее («Имодиум», «Линекс»). И, конечно, всегда под рукой должны быть препараты для поддержания сердечной деятельности и мозгового кровообращения — независимо от того, страдает ли кто-нибудь в семье заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Это могут быть, например, недорогие препараты «Валидол» (сосудорасширяющее), «Нитроглицерин» (для быстрого купирования приступов стенокардии), «Глицин» (уменьшающий выраженность мозговых расстройств при ишемическом инсульте и черепно-мозговой травме). И, конечно, хорошо иметь с собой тонометр, чтобы быстро определить причину недомогания, связанную с нестабильностью артериального давления.

Выезжая на дачу, помимо основных лекарственных средств, стоит запастись различными пластырями, перевязочными средствами, противовоспалительными препаратами наружного применения и, конечно, репеллентами, которые могут защитить от укусов комаров и клещей, а также средствами для загара и защиты от солнечных лучей. Если в семье есть маленькие дети, то лекарства и средства ухода за ребенком нужно подбирать с особой тщательностью и предусмотрительностью. А можно приобрести готовый набор «Аптечка для новорожденного» или получить информацию от консультанта аптеки «Сердечко» о том, чем следует запастись для оказания доврачебной помощи ребенку.

Любям, страдающим хроническими заболеваниями, нужно позаботиться о том, чтобы взять с собой все необходимые лекарства, а при сахарном диабете — средства для контроля уровня глюкозы в крови (например, глюкометры «Акку Чек» с необходимым количеством тестовых полосок). Все это можно приобрести в аптеке «Сердечко» по доступным ценам. Информацию о наличии необходимых препаратов и других товаров аптечного ассортимента можно получить по телефону: (495)312-06-32. И пусть хорошо подобранный аптечный арсенал лекарственных и парафармацевтических средств поможет каждому справиться с любыми недомоганиями и ничто не омрачит летний отдых семьи!

Беседовала Ирина СКВОРЦОВА

ВАША БЕЗОПАСНОСТЬ

# МАЛЕНЬКИЙ ПЕШЕХОД

Начинаются летние школьные каникулы, свободное от занятий время, которое дети чаще всего проводят на улице.

Огромное количество автоавтомобилей в нашем городе привело к тому, что, даже выходя из подъезда, нужно помнить об опасности, поскольку почти во всех дворах вдоль домов ездят машины. Но реальную угрозу создают не только движущиеся по дворам автомобили: нередко припаркованные во внутриворотовых проездах автомобили, закрывающие обзор дороги для маленьких пешеходов, и являются причиной дорожно-транспортных происшествий с участием детей школьного и дошкольного возраста.

10 мая в 21 час 10 минут произошло дорожно-транспортное происшествие, в котором пострадал мальчик 8 лет. Водитель, управляя автомобилем «Хонда Акцент», следовал по внутриворотовому проезду вдоль дома 46 по ул. Домодедовская от шестого к первому подъезду и напротив третьего подъезда совершил наезд на ребенка, который, гуляя с матерью, выбежал во внутриворотовый проезд из-за припарко-

ванной у тротуара автомашины. С места наезда ребенка автомашиной скорой помощи доставили в детскую больницу с сотрясением головного мозга.

На следующий день 11 мая произошло похожее происшествие, в котором пострадала дошкольница, шестилетняя девочка. В 18 часов 45 минут водитель, управляя автомашиной «Форд Фокус», следовал по внутриворотовому проезду вдоль дома 21, корпус 2 по Сумскому проезду и совершил наезд на ребенка, который, гуляя в сопровождении матери, вышел во внутриворотовый проезд из-за припаркованной на тротуаре автомашины. Пострадавшую девочку с места происшествия доставили в детскую больницу с диагнозом: ушиб живота, гематома лобной области.

Учить вести себя осмотрительно во дворе и соблюдать Правила дорожного движения на проезжей части, обращая на это внимание ребенка, — главная задача взрослых, сопровождающих малышей во время прогулок. Государственной

инспекцией безопасности дорожного движения с 17 мая проводилось профилактическое мероприятие «Маленький пешеход», во время которого инспекторами дорожно-патрульной службы было уделено особое внимание детям-пешеходам, нарушающим Правила дорожного движения.

Евгений ВЕСТРАТОВ, начальник ОГИБДД УВД по ЮАО г. Москвы

**Ограничивает ли ваше прошлое ваши возможности? Выясните.**

КУПИТЕ И ПРОЧИТАЙТЕ КНИГУ Л. РОНА ХАББАРДА **ДИАНЕТИКА** СОВРЕМЕННАЯ НАУКА О РАЗУМЕ

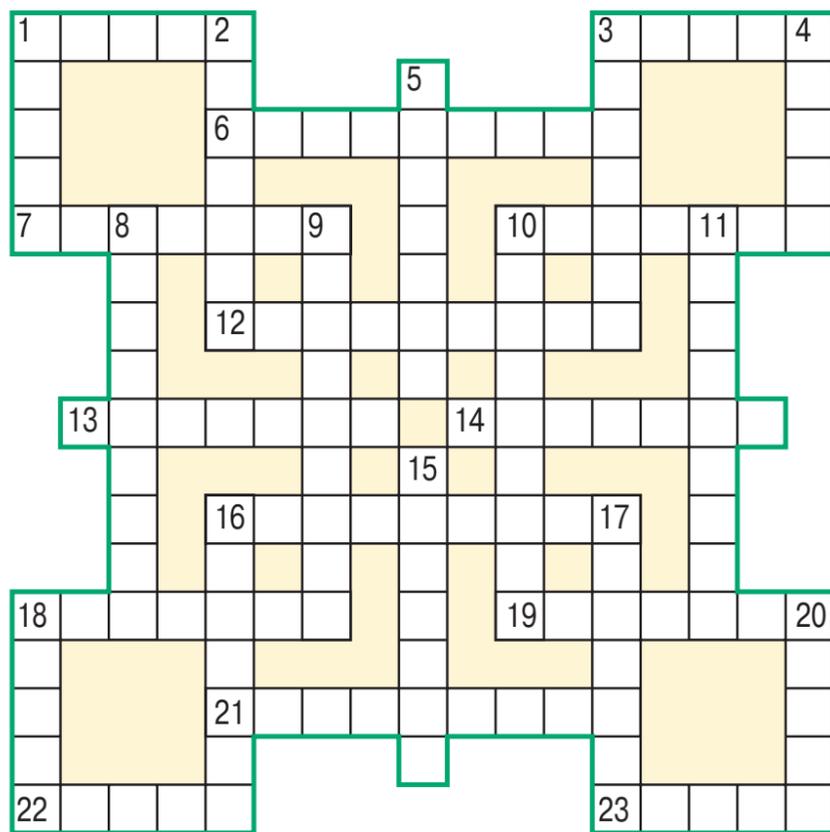
Цена: \$20.00

Можно приобрести в книжном магазине или в Дианетическом центре Хаббарда

М. «Курская», Костомаровский переулок, д.6 тел. (495) 917-76-47

© 2009 CSL

КРОССВОРД



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Единица измерения массы. 3. Природный водоем. 6. Тринадцатый знак Зодиака, существование которого ставит под сомнение большинство существующих гороскопов. 7. Шотландский народный духовой музыкальный инструмент. 10. Российская поп-группа. 12. Должностное лицо на Руси 12–16 вв., возглавлявшее местное управление. 13. Литературный прием, использующий сочетание в фантастической форме ужасного и смешного, безобразного и возвышенного. 14. Трехсложный стихотворный размер. 16. Бревна и другие лесоматериалы. 18. Изогнутая полукругом живописная картина с передним предметным планом (макеты сооружений, реальные и бутафорские предметы). 19. Мука из зерен овса или ячменя. 21. Вид периодического издания. 22. Богиня войны и мудрости в греческой мифологии. 23. Тревожный сигнал для сбора народа, подаваемый обычно ударами в колокол.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. На парусном судне: снасть бегучего такелажа, с помощью которой подтягивают шкотовые углы прямых парусов под середину реев. 2. Надстройка над средней частью жилого дома, часто имеет балкон. 3. Млекопитающее отряда парнокопытных. 4. Вечнозеленое субтропическое дерево. 5. Бухгалтерский термин. 8. Фармацевтический препарат. 9. Газовая оболочка небесного тела, удерживаемая вокруг него гравитацией. 10. Роман Теодора Драйзера. 11. Осадочная горная порода. 15. Быстроходная весельная шлюпка. 16. Ювелирное украшение. 17. Персонаж итальянской комедии. 18. Приток Днепра. 20. Блюдо из яиц.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ИЗ № 4 (286)

**По горизонтали:** 3. Резник. 5. Сатурн. 7. «Обрыв». 9. Лада. 10. Лапта. 11. Барабан. 13. Сабза. 15. Инжир. 17. «Овод». 18. Енот. 19. Осетр. 20. Ижица. 22. Ассессор. 26. «Зенит». 28. Берет. 29. Уклад. 30. Кетгут. 31. Аггаше.

**По вертикали:** 1. «Знамя». 2. Ствол. 3. Романс. 4. Кобра. 5. Свита. 6. Нектар. 8. Рота. 11. Бандура. 12. Нивелир. 14. Анонс. 16. Истец. 19. Опенок. 21. Ателье. 23. Спрут. 24. Сеул. 25. Осада. 27. Танго. 28. Бухта.