

Kit Pronto Soccorso Domestico

Il kit di pronto soccorso è un assortimento di materiale medico e di farmaci utili a trattare quelle ferite o traumi che possono capitare in un ambiente domestico.

Materiali di medicazione

- Disinfettante per la pelle integra e con lesioni (Es: Citrosil 8 Garze 0,175%, Citrosil Soluzione Cutanea 200ml 0,175%, Pic Disinfettante 250ml, Lysoform Medical Liquido Disinfettante 250ml oppure Betadine 10% Soluzione Cutanea, Acqua Ossigenata)
- Cerotti classici
- Cerotti per ferite
- Nastro chirurgico (o nastro medicale o sparadrappo, preferibilmente ipoallergenico) di diverse misure, la più comune è 5mt x 2,5cm
- Steri-Strip (nastro sutura) di diverse dimensioni
- Compresse di garza idrofila (rettangolari o rotoli per fare una fasciatura)
- Compresse di garze sterili in TNT – Tessuto Non Tessuto solitamente 10x10mm
- Fasce per bendaggi di tipo elastico
- Ghiaccio istantaneo(buste monouso o buste riutilizzabili, oppure cubetti di ghiaccio dal freezer o i cubetti per cocktail da mettere in un sacchetto di plastica e poi avvolgere in uno strofinaccio, prima di poggiare sulla parte lesa)
- Batuffoli o mussola di cotone idrofilo
- Sapone o igienizzante per mani
- Oli essenziali (Es: Lavanda, Tea Tree)

Farmaci

- Farmaci personali prescritti dal medico soprattutto se si soffre di disturbi/patologie specifiche
- Analgesici (indicati per alleviare il dolore causato da lesioni, colpi o ferite. esempi: Ibuprofene, paracetamolo o radice dell'artiglio del diavolo o corteccia di salice bianco)
- Antinfiammatori (hanno lo scopo di alleviare il dolore causato da un processo infiammatorio. Ad esempio Aspirina o Ibuprofene)
- Antipiretici (indicati per abbassare la febbre, quali paracetamolo e Aspirina. *Ricorda però che la febbre è un meccanismo di difesa dell'organismo; viene regolata nel cervello e controllata. Interferire con questo processo naturale del corpo, spesso, può portare un sovraccarico di lavoro all'organismo ed un prolungamento della guarigione*)
- Antistaminici
- Lassativi (tipo sorbitolo o mannite o naturali tipo olio di ricino)
- Antidiarroici (tipo Imodium)
- antitussivi e mucolitici
- Antimicotico cutaneo (tipo Pevaryl)
- Crema anti-ustione (tipo Biafin, Foille o Calendula)
- Gel per contusioni (tipo Arnica montana gel o Niflam crema)
- Collirio (in alternativa soluzione fisiologica o impacchi di camomilla, a meno che servano per indicazioni terapeutiche specifiche)
- Pastiglie o sciroppo per mal di gola (in questo caso sono molto utili e più salutari, rimedi naturali tipo propoli e malva)
- Cicatrizzanti (tipo Cicatrene crema o spray)
- Soluzioni fisiologiche per sciacquare gli occhi (in dosi individuali)
- Punture d'insetto (tipo After-bite o Reactifargan)
- Elettroliti per compensare la perdita di liquidi
- Magnesio Supremo
- Vitamine D e K2 e B12
- Enterogermina (per riequilibrare la flora intestinale in caso di disturbi)

Fai attenzione ad eventuali allergie ai farmaci. In caso di dubbio, consultati sempre con uno specialista di fiducia. Il fatto che molti medicinali siano catalogati come "automedicazione" e facilmente acquistabili, non significa che non abbiano controindicazioni.

Utensili/Dispositivi di protezione

- Termometro (al gallio o digitale o infrarossi) almeno 2 di due tipologie differenti. Gli ultimi due modelli necessitano di batterie, quello al gallio no.
- Pinzette
- Forbici
- Bisturi sterili monouso
- Siringhe monouso
- Spille da balia (per fissare bendaggi)
- Sacchette di plastica richiudibili con zip di varie misure,
- Guanti monouso in nitrile o lattice o vinile (per evitare il contatto diretto in caso di ferite)
- Mascherina per respirazione bocca a bocca
- Bicchierino e/o cucchiaino graduato per il dosaggio di farmaci o soluzioni
- Misuratore di pressione
- Aerosol

N.B.

Prestare soccorso ad un infortunato implica la consapevolezza di quello che si sta facendo e questa la si deve acquisire con lo studio e la frequentazione di alcuni corsi specifici, quali quelli della Croce Rossa.

In caso di dubbio, meglio non intervenire e chiamare tempestivamente personale competente (tramite il 118 o 112, dove è già attivo il numero unico d'emergenza).



**NUMERO DI EMERGENZA
UNICO EUROPEO**