

## Bőrönd lista nyáron

Szeretnénk megkönnyíteni az utazási előkészületeket, összeállítottunk egy listát, szerintünk mit érdemes bepakolni, akár a nagyihoz mennek, akár messzebbre utaznak.

Ha gyermeküknek van **állandó gyógyszere**, az utazás teljes idejére elegendő mennyiséget vigyenek magukkal.

## Fájdalomcsillapítás/lázcsillapítás/gyulladáscsökkentés

Paracetamol, Ibuprofen, Metamizol-Na tartalmú készítmények

## Hányinger/hányás

Ondansetron tartalmú készítmény – vényköteles

Daedalonetta kúp – vényköteles

ORS - orális rehidráció folyadék

probiotikum

## Hasmenés

ORS – orális rehidráció folyadék

probiotikum

## Napégés

- legjobb a megelőzés, **SPF 50 naptej** használata, ne felejtsek el az arcot, fület is védeni.
- Panthenol
- Aloe vera tartalmú gél

## Sebkezelés

Fertőtlenítő folyadék

Betadin (jód tartalmú, jód érzékenyeknek fiziológiás só, vagy hyperol oldat)

Bactroban kenőcs (antibiotikum tartalmú)

Ragtapasz

Steri-strip (seb összehúzó steril „ragtapasz”)

Peha-haft tekerics

Curiosa krém- hámosít, gyorsabban gyógyul a seb

## Allergia

Cetirizin tartalmú készítmény

EpiPen (adrenalin tartalmú injekció, elég drága, de anafilaxiában életmentő)

Ha valaki ismert allergiás, jó ha tart magánál, 3 év a szavatosság, megéri

**Egzotikus úticél** esetén nézzenek utána az adott ország oltási kötelezettségeink, pl. Dél- Amerika országaiba való utazáshoz javasolt/kötelező a hepatitis, tífusz, sárgaláz elleni oltás.

Készült: 2023.

Dr. Antalffy Katalin

[balanda.hu](http://balanda.hu)