



# KAS TURĖTŲ BŪTI NAMŲ PIRMOSIOS PAGALBOS VAISTINĖLĖJE?



[www.smlpc.lt](http://www.smlpc.lt)



Daugiau Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro parengtų atmintinių rasite čia:





Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro specialistai rekomenduoja į namų vaistinėlę įtraukti šias pirmosios medicinos pagalbos priemones:

MEDICINOS PAGALBOS PRIEMONIŲ PAVADINIMAS	KIEKIS (VNT.)	PASKIRTIS
Vienkartinės sterilios pleistro juostelės	10–20	Nedidelėms žaizdoms pridengti
Sterilus gazas (10 cm x 12 cm)	2	Kraujuojančioms žaizdoms tvarstyti
Sterilus žaizdų gazas (10 cm x 10 cm)	6	Kraujuojančioms žaizdoms tvarstyti
Sterilus nudegimo tvarstis (40 cm x 60 cm)	1	Nudegimui pridengti
Sterilus nudegimo tvarstis (40 cm x 80 cm)	1	Nudegimui pridengti
Sterilus akių tvarstis	2	Sužeistai akiai pridengti
Palaikomasis tvarstis (6 cm x 4 cm)	1	Sąnariams tvarstyti, prilaikyti gazus
Palaikomasis tvarstis (8 cm x 4 cm)	1	Sąnariams tvarstyti, prilaikyti gazus
Palaikomasis trikampis tvarstis (skarelė)	6	Pažeistai viršutinei galūnei parišti
Tvarsčių segtukai	6	Tvarsčių galams sutvirtinti
Lipnus pleistras (2,5 cm x 5 cm)	1	Tvarsčiui pritvirtinti

**P**irmosios pagalbos priemonių rinkinys turėtų būti bet kuriuose namuose, darbo vietose, sporto ir laisvalaikio klubuose, automobiliuose. Ją reikia turėti atostogaujant, keliaujant ar stovyklaujant. Automobiliuose ir darbo vietose esantys rinkiniai formuojami atsižvelgiant į teisės aktų reikalavimus. O štai kokios būtinosios priemonės turėtų sudaryti namų vaistinėlę, kad susižeidę ar ištikus kitai nelaimei sau ir kitiems galėtume kuo skubiau suteikti pirmąją pagalbą?



Speciali paklodė	1	Nukentėjusiam žmogui paguldyti ir (ar) apkloti
Vata	1	Absorbuojamoji medžiaga, dedama ant gazo (niekada nededama tiesiog ant žaizdos)
Žirkklės	1	
Pincetas	1	
Nespirituotos antiseptinės drėgnos servetėlės	5	Odai aplink žaizdą nuvalyti arba, jei nėra muilo ir vandens, rankoms nusivalyti
Plastikinė veido plėvelė arba kišeninė veido kaukė	1	Apsaugoti save ir nukentėjėlį nuo infekcijos, kai atliekamas dirbtinis kvėpavimas
Vienkartinės medicininės pirštinės	2	Apsauginė priemonė
Turniketas	1	Skirtas stipriam galūnių (rankų, kojų) kraujavimui stabdyti
Šaldomasis maišelis	1	Patemptoms sausgyslėms, raumenims, sumuštai kūno vietai atšaldyti
Žibintas	1	Matomumui pagerinti

Namų pirmosios pagalbos rinkinį laikykite matomoje, lengvai pasiekiamoje vietoje, drėgmės nepraleidžiančiame krepšyje. Visi namų gyventojai turi žinoti kur jis yra. Priemonės rinkinyje reikia reguliariai tikrinti ir papildyti, kad prireikus jos būtų tinkamos naudoti.