



ZASEBNA AMBULANTA DRUŽINSKE MEDICINE
BRANKO KOŠIR, dr.med.
RACOVNIK 29, 4228 ŽELEZNIKI
Tel.: 04 510 17 17
E-mail: branko.kosir@siol.net



KAJ VZETI NA POČITNICE?

1. zavarovanje pri ZZZS za državo v katero potujemo
2. obliži, gaze, povoji, krema, škarje pinceta, termometer
3. zdravila (VSE SE LAHKO KUPI V LEKARNI BREZ RECEPTA):
 - a) Lekadol, Aspirin ali Nalgescyn (temperatura, bolečine)
 - b) Linex in/ali Nelit (driska)
 - c) Ranital 75, Rupurt, Rutacid (zgaga)
 - d) Flonidan ali Claritine (alergije)
 - e) fiziološka raztopina (opekline) in razkužilo za rane
 - f) tablete proti slabosti
 - g) zdravila, ki jih redno jemljete
 - h) sredstva proti pikom žuželk
 - i) kreme za sončenje z visokim faktorjem in visoko UV zaščito
 - j) JEMANJE ANTIBOTIKOV NA POČITNICE NI POTREBNO
4. prva pomoč
 - opekline – hladiti pod tekočo vodo dokler boli, nato pokriti s sterilno gazo namočeno s fiziološko raztopino
 - odrgnine – očistiti pod tekočo vodo, pokriti s sterilno gazo
 - temperatura pri otrocih do 4. leta nad 38.5 pod pazduho – veliko tekočin in spremljanje, v primeru višje temperature ali temp. več kot tri dni - zdravnik
 - piki žuželk – hlajenje, pri velikih oteklinah zdravnik,
 - piki škorpionov izstiskanje, hlajenje in le ob težavah k zdravniku
 - piki kač – izstiskanje, zdravnik
 - driska – veliko tekočin, v primeru temperature ali skupinskih drisk – zdravnik
 - klopi – čim prej odpraviti