

Mit tegyünk az útipatikába nyaralás előtt?

Fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő, lázcsillapító, sebtapasz, lázmérő, fertőtlenítőszer, naptej, szem és orrcsepp – egy jól összeállított útipatika sok esetben átsegíthet bennünket a nyaralás alatt elszenvedett balesetek, vagy betegségek alkalmával. Külföldi nyaralás előtt, ha olyan országba megyünk, ahol nem ismerjük a helyi viszonyokat vagy nem beszéljük az adott nyelvet, érdemes alaposan átgondolni milyen gyógyszerekre lesz szükségünk az utazás és az ott tartózkodás során – hívja fel a figyelmet dr. Sebők Szilvia főgyógyyszerész, a Semmelweis Egyetem Egyetemi Gyógyszertár Gyógyszerügyi Szervezési Intézet igazgatóhelyettese.

Vegyük számításba, hogy távoli országba, Európán belül, vagy belföldre utazunk-e, télen vagy nyáron, van-e krónikus betegségünk vagy valamilyen speciális kezelés alatt állunk-e – és ez alapján egy kis segítséggel össze tudjuk állítani, hogy mire és milyen mennyiségben van szükségünk. Bizonyos gyógyszereket sokkal nehezebb beszerezni külföldön, vagy egyáltalán nem kaphatók, így a rendszeresen szedett, receptköteles készítményeket és azok alkalmazását minden esetben még elutazásunk előtt beszéljük át az orvosunkkal – javasolja dr. Sebők Szilvia. Hozzáteszi, azokat is érdemes magunkkal vinni, amiket csak ritkábban, vagy kúraszerűen szedünk, mert lehet, hogy éppen a nyaralás alatt lesz rá szükségünk. Ilyenek például az emésztési problémákra ható készítmények, az allergia-és asztma gyógyszerek, gyerekek esetében pedig a kruppra használt orvosságok.

A legfontosabb szempont, hogy egyénre szabott csomagot kell összeállítani. Ne tekintsük alapvetőnek azt, hogy mindenhol mindent kaphatunk.

Ezért, ha például olyan betegségünk van, amelyhez saját magunknak adunk be például injekciót, akkor vigyünk tűt és fecskendőt, fertőtlenítőt, mert nem biztos, hogy ezeket a célországban is be tudjuk szerezni. Érdemes orvossal vagy gyógyszerésszel konzultálni abban az esetben is, ha valaki olyan gyógyszert használ, amit mindig adott időpontban kell bevennie, vagy beadnia magának, azonban az utazása nagyobb időeltolódással jár. Krónikus betegség esetén készítsünk listát az általunk szedett gyógyszerekről, azok hatóanyagáról, erősségéről és az adagolásról, ha esetleg orvoshoz kell fordulni meg tudjuk mutatni, hogy milyen betegsége, milyen készítményt szedünk. Érdemes valamilyen formában a gyógyszerérzékenységet is feltüntetni.

Előfordulhat, hogy orvosi igazolás szükséges ahhoz, hogy bizonyos készítményeket magunkkal vihezzünk a célországba, erről mindenképpen tájékozódjunk. – mondja a főgyógyyszerész.

A szakember arra is kitér, vannak olyan ritkább esetek, amikor a helyi gyógyszerek hatásosabbak is lehetnek, mint amit itthonról viszünk, például, ha megcsíp egy számunkra ismeretlen, helyi rovar, medúza, vagy megszúr egy növény. Ezekben az esetekben érdemes a helyi gyógyszertárból beszerezni valamilyen a készítményt.

Általánosságban, nem csak nyaraláskor igaz, hogy internetről vagy ismeretlen forrásból sohase vegyünk orvosságot. Külföldi utazás előtt nézzünk utána a kötelező és ajánlott védőoltásoknak, és ha szükséges, oltassuk be magunkat időben, hogy a megfelelő védettség kialakulhasson.

Repülővel való utazáskor válasszuk külön azokat a gyógyszereket, amelyeket a kézi poggyászbba magunkkal viszünk a fedélzetre, mivel utazás során a feladott bőrönd elveszhet, vagy késve érkezhetsz, így a rendszeresen szedett gyógyszert a kizárásában célszerű elhelyezni. Kisgyermekkel utazók

esetében szintén érdemes az orvosságokat magunknál tartani, hogy szükség esetén kéznél legyenek. Ilyenek lehetnek a fájdalom-és lázcsillapító-, rovarcsípés elleni készítmények, orrcsepp, lázmérő, sebfertőtlenítő. Visszatérő gyermekbetegség esetén pedig az utazás előtt kérjük ki a gyermekorvos tanácsát arról, hogy milyen gyógyszert vigyünk magunkkal.

Ügyeljünk az utazás során is a hűtést igénylő gyógyszerek tárolására, használjunk hűtőtáskát, ha szükséges. Figyeljünk arra, hogy a fokozottan ellenőrzött szerek, azaz a kábítószernek számító gyógyszerek országból való kiviteléhez vagy behozatalához külön engedély szükséges. Vannak még ezen túl is olyan készítmények, amelyek Magyarországra szabadon behozhatók, azonban egyes országokba nem vihetők be, és ez fordítva is előfordulhat.

Minden esetben legyen nálunk: rendszeresen vagy alkalmanként szedett gyógyszerek (pl: allergia, krupp) fájdalomcsillapító, kötszer, lázmérő, lázcsillapító, fertőtlenítőszer, napkrém, napozás utáni krém, torokfertőtlenítő cukor vagy öblögető, köptető, orrcsepp, szemcsepp, hasmenés-székrekedés elleni szer, görcsoldó, rovarcsípés, allergiás reakciók elleni krém. Kisbabák esetében: popsikrém, szélcső, krém a fogzáshoz.

https://ogyei.gov.hu/mit_kell_tudni_az_utazoknak

Sajtókapcsolat:

- +36 20 670 1574
- hirek@semmelweis.hu

Eredeti tartalom: Semmelweis Egyetem

Továbbította: Helló Sajtó! Üzleti Sajtószolgálat

Ez a sajtóközlemény a következő linken érhető el:

<https://hellosajto.hu/4598/mit-tegyunk-az-utipatikaba-nyaralas-elott/>