Міністерство освіти і науки України

Черкаський державний технологічний університет

Будівельний факультет

Кафедра безпеки життєдіяльності

Звіт

з лабораторної роботи №1

з дисципліни

«Безпека життєдіяльності та цивільний захист

Перевірив: Виконав:

асистент Студент 4-го курсу

Пшенишна Н.М групи KM-175

Косенко А. В.

Черкаси 2020

**ПРАКТИЧНА РОБОТА № 1**

**Тема: Формування домашньої аптечки першої допомоги.**

**Мета завдання:**

* ознайомитися з основними лікарськими препаратами та засобами медичного призначення необхідними у домашній аптечці першої допомоги;
* скласти перелік необхідних лікарських препаратів та засобів медичного призначення для домашньої аптечки першої допомоги та заповнити таблицю 1.1;
* надати рекомендації щодо зберігання та використання аптечки першої допомоги.
  1. **Теоретичні відомості.**

Жодна людина, якою б завбачливою вона не була, не застрахована від випадковостей і непередбачуваних обставин. Один необережний рух рукою може призвести до поранення руки або пальця ножем, суперечка може викликати серцевий напад. Крім того, переїдання або занадто жирні страви можуть спровокувати печію і т.д. Такі ситуації часом вимагають прийому лікарських препаратів, щоб допомогти людині позбутися недомагання. Саме тому в будинку кожної людини чи сім'ї завжди повинна бути передбачена домашня медична аптечка першої допомоги.

Домашня аптечка – це найпростіші і необхідніші лікарські препарати та засоби медичного призначення, завдяки яким можливо вчасно надати першу допомогу. Домашню аптечку необхідно мати кожній родині без винятку. Вона може знадобитися в самих різних ситуаціях. Дуже важливо правильно сформувати вміст домашньої аптечки, щоб всі потрібні ліки були під рукою.

Зазвичай, домашня аптечка формується не організовано: заповнюється медичними препаратами, що залишилися від лікування хвороб, окремі ліки залишаються «в дар» від рідних, які гостювали, щось купували, коли мали намір їхати у відпустку і т.п. Але в потрібний час, коли потрібна термінова допомога, в аптечці, як навмисне, немає необхідних засобів, а якщо і є, то вже прострочені.

Створення домашньої аптечки потрібно починати не з складання списку і походу в аптеку, а з повної ревізії всіх препаратів, наявних в будинку, і підбору для них постійного місця. Не треба володіти медичною освітою, щоб зрозуміти, як організувати домашню аптечку своїми руками. Після того, як Ви визначилися з місцем її постійного знаходження в будинку, настав час для складання списку необхідних ліків.

Перед формуванням домашньої аптечки **необхідно з’ясувати інформацію про наступне:**

* з якою метою необхідно сформувати аптечку;
* кількість і вікові характеристики потенційних користувачів аптечки;
* чи необхідні додатково супутні предмети санітарії і гігієни.

Перше, що потрібно пам’ятати, формуючи домашню аптечку, - це те, що вдома мають бути ті препарати, що їх відпускають в аптеках без рецептів або призначені лікарем і про правила застосування яких Ви чітко обізнані. По-друге, це мають бути ті препарати, застосування яких не потребує спеціальної підготовки (таблетки, настоянки, аерозолі і т.д.).

Загальні рекомендації щодо формування домашньої аптечки першої допомоги:

* упакування для аптечки повинно бути герметичним (щоб не допустити псування лікарських засобів під впливом вологи, світла тощо), міцним і забезпечувати легкий і швидкий доступ до її вмісту;
* не можна заповнювати аптечку препаратами без зазначення назви і терміну придатності, без інструкцій по застосуванню;
* лікарські засоби, перев’язувальні матеріали та вироби медичного призначення необхідно розташовувати в аптечці у визначених місцях, щоб у невідкладних ситуаціях не витрачати час на їх пошук;
* лікарські засоби для дітей зберігати окремо від всіх інших препаратів;
* один раз в 3-4 місяці необхідно переглядати вміст аптечки, контролювати терміни придатності препаратів, проводити зовнішній огляд і вилучати зіпсовані або непридатні до застосування лікарські засоби;
* для належного зберігання сиропів, крапель, мазей після розкриття бажано виділити окреме місце в холодильнику, також необхідно враховувати, що термін зберігання цих засобів після розкриття не перевищує одного місяця (в разі відсутності спеціальних вказівок);
* не варто купувати лікарські препарати без особливої потреби і про запас.

Домашня аптечка може мати численний склад, але все можна розбити по групах:

* препарати для внутрішнього прийому;
* засоби для зовнішнього застосування;
* перев’язувальні матеріали;
* допоміжні матеріали.

Варто пам’ятати!

Самолікування небезпечно і може призвести з часом до непоправних наслідків.

Захоплюватися самолікуванням особливо небезпечно вразливим людям, так як у них може проявитися «синдром студентів-медиків». Вони будуть знаходити у себе будь-яку хворобу, про яку тільки прочитають або почують, і будуть лікуватися, приймаючи кілька препаратів одночасно, завдаючи ще більшої шкоди своєму здоров'ю. Ось чому лікар, враховуючи фізіологічні особливості пацієнта, його вік, стать, масу тіла, стан серця, нервової системи, індивідуально підходить до призначення ліків, встановлення дози і тривалості курсу лікування, намагаючись уникнути ризику побічної дії ліків.

Всі лікарські засоби для симптоматичного лікування можна застосовувати протягом 2-3 днів, якщо симптоми не зникають, необхідно терміново звернутись до лікаря!

Загрозливі симптоми, які вимагають негайного звернення до лікаря:

* раптовий гострий біль, інтенсивність якого наростає;
* сильний і тривалий головний біль, запаморочення, непритомний стан;
* біль у грудях, що іррадіює в руку, шию, щелепу (особливо в лівій половині тіла), посилене серцебиття, задишка;
* високий рівень артеріального тиску;
* симптоми гострого респіраторного захворювання, алергії, диспепсії тривають 3 дні і більше або посилюються;
* ускладнене дихання при кашлі;
* різке підвищення температури тіла;
* безперервне блювання, нудота, діарея з частими і болісними позивами та підвищенням температури тіла, сильний біль в животі, випорожнення чорного кольору;
* незвичні кровотечі і синці;
* травмування супроводжується сильною кровотечею яскраво-червоного кольору або кровотеча не припиняється через 15-20 хвилин після накладення пов’язки;
* будь-які опіки;
* нездужання при вагітності;
* будь-які відхилення в стані і поведінці дитини (особливо маленької) вимагають консультації педіатра!

Отже, для надання першої медичної допомоги завжди повинна бути напоготові медична аптечка. Вона повинна бути в автомобілі, вдома, в офісі, на спортивних змаганнях, в мандрівках, таборах і т.д. Для кожного випадку медична аптечка матиме свої особливості, але загальні принципи її формування однакові.

**1.2 Порядок виконання завдання:**

1.2.1 Порадьтеся з сімейним лікарем чи провізором (фармацевтом).

1.2.2 Складіть перелік необхідних ліків в домашній аптечці та заповніть таблицю 1.1.

1.2.3 Надайте рекомендації щодо зберігання та використання аптечки.

При комплектації корисно обчислити максимальний термін автономного існування – на скільки днів вам повинно вистачити ліків при найгіршому розкладі. При розрахунках варто враховувати свята (рідко більше 3-4 днів підряд), можливі труднощі з походом в аптеку, особливо якщо в квартирі всього одна людина потенційно може зробити це. Враховувати серйозніші варіанти на зразок глобального катаклізму не варто – все одно рано чи пізно у ліків закінчиться термін придатності. Єдине виключення – рідкісні ліки з достатньо великим терміном придатності. Для них потрібно до необхідного часу додати| ще приблизний час на пошук і доставку необхідних ліків.

Основну домашню аптечку найзручніше організувати за принципом «що від якої хвороби». Найзручніше використовувати картонну коробку достатніх розмірів з вклеєними перегородками чи ж декілька коробок меншого розміру.

Таблиця 1.1 – Перелік лікарських засобів та виробів медичного призначення домашньої медичної аптечки

| № з/п | Назва лікарських засобів/ виробів медичного призначення | Показання  (призначення) | Спосіб застосування та дозування |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Борна мазь | Антисептичний засіб | Зовнішньо, При попрілості і тріщинах шкіри мазь наносять тонким шаром на уражені ділянки. |
| 2 | Діамантовий зелений(зеленка) | Антисептичний засіб | Застосовується зовнішньо у вигляді 1-2% розчину |
| 3 | Йодна настоянка 5 % спиртна | Антисептичний засіб | Зовнішньо |
| 4 | Настоянка календули | Застосовують при гнійних ранах, опіках, для полоскань горла | 1 чайну ложку на склянку води |
| 5 | Калій марганцевокислий (перманганат) | Зовнішньо, у водних розчинах, як антисептичний засіб | Для промивання ран 0,1-0,5 %, для полоскання рота і горла 0,01-0,1 %, змазування виразкових і опікових поверхонь 2-5 % |
| 6 | Валокордин (корвалол) | Має седативну| і спазмолітичну дію | Застосовують при спазмах коронарних судин серцебитті, неврозах, безсонні по 15-30 крапель до їжі 2-3 рази на день. |
| 7 | Нітрогліцерин | Стенокардія (купірування і профілактика нападів, в тому числі перед фізичним навантаженням). | При гострих болях у області серця по 1 пігулці під язик |
| 8 | Валеріана лікарська | Препарат пригнічує центральну нервову систему, знижує її збудливість, полегшує настання природного сну. | Застосовують як заспокійливе засіб у вигляді водних настоїв, спиртної настоянки|настойки|, як складову| заспокійливого збору|збирання|, камфорно-валеріанових крапель|краплин|. |
| 9 | Но-шпа | При спазмах гладкої мускулатури (шлунку, кишечника), спастичних замках, нападах|приступах| жовчно і сечокам'яної хвороби | Приймають по 1-2 пігулки| 2-3 рази на день. |
| 10 | Супрастин (або Тавегіл) | Застосовують при алергічних реакціях | Приймають по 1 пігулці 2-3 рази на день під час їжі . |
| 11 | Анальгін | Застосовують при болях різного походження, лихоманці, грипі, ревматизмі | По 0,25-0,5 г 3-4 рази на день. |
| 12 | Ацетилсаліцилова кислота (аспірин) | Володіє жарознижуючим, болезаспокійливим, протизапальним ефектом | Пігулки по 0,25-0,5 г 3-4 рази на день після їжі, запивати молоком |
| 13 | Нашатирно-анісові краплі | Відхаркувальний засіб | Приймають з водою всередину 10-15 крапель| 3 рази на день при бронхіті |
| 14 | Алохол | Володіє жовчогінною дією, застосовується при захворюваннях печінки | 1-2 пігулки 3-4 рази на день. |
| 15 | Настоянка перцевої м’яти | Засіб проти нудоти і блювоти. Застосовується також при невралгічних болях. | Всередину 15 крапель на прийом з водою |
| 16 | Вугілля активоване | Застосування при  харчовій токсикоінфекції | Застосовують всередину при отруєннях по 20-30 г на прийом у вигляді суспензії у воді |

Це лише деякі препарати, які повинні бути, адже кожна людина підлаштовується під себе при виборі тих, чи інших ліків. У аптечці повинні бути: перев'язувальні матеріали - вата, бинти, стерильні марлеві серветки, гірчичники, термометр, папір компресний парафінований, стаканчик для прийому ліків, очна піпетка. Крім того, можуть знадобитися грілка, гумовий міхур для льоду спринцівка, кухоль Есмарха|.

При зберіганні ліків в домашніх умовах необхідно дотримуватися вказівок, що є |на них: "Зберігати в прохолодному місці при 12-150 С", "Зберігати в темному місці", "Берегти від вогню". Рідкі засоби, що містять антибіотики, вітаміни, глюкозу, сироп, настої і відвари з лікарських трав, очні краплі треба тримати в холодильнику, не допускаючи їх заморожування. Цих ліків не слід купувати про запас.

Порошки та пігулки слід тримати в сухому, в захищеному від світла місці, причому ті, які що стали вологими або змінили свій колір приймати не слід. Якщо одержані| з аптеки пігулки використовуються тривалий термін (більше місяця) незайве випробувати їх на розпадність. Для цього одну пігулку|поміщають в стаканчик з водою (37 градусів С), періодично його погойдувати, придатна до вживання пігулка повинна розпастися.

Антибіотики (бензилпеніцилін|, хлортетрациклін|, тетрациклін, стрептоміцин і ін.) зберігають в сухому приміщенні при температурі не нижче +1 і не вище +10 градусів С. На багатьох упаковках ви можете побачити дату випуску ліків і дату закінчення терміну їх придатності.

І в останньому блоці домашньої аптечки повинно лежати те, що на даний момент приймається регулярно. Часто такі ліки зберігаються просто на столі або де зручно поставити – але так про них легко забути, і до того ж вони можуть потрапити до рук дітям. Краще скласти їх всі в окрему коробку, в неї ж покласти віддрукований на принтері графік прийому з| дозуванням, і ручку або олівець, щоб ставити в ньому галочки.

Висновок: було ознайомлено з основними лікарськими препаратами та засобами медичного призначення необхідними у домашній аптечці першої допомоги;складено перелік необхідних лікарських препаратів та засобів медичного призначення для домашньої аптечки першої допомоги та заповнено таблицю 1.1;а також надано рекомендації щодо зберігання та використання аптечки першої допомоги.