

## Τι πρέπει να έχει το κουτί Α βοηθειών που θα πάρουμε στις διακοπές μας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Φωτό: [supermomrocks.me](http://supermomrocks.me)

**Προσέχουμε για να έχουμε. Αυτή η πρόταση πρέπει να είναι πάντα μέσα στο μυαλό μας όταν πρόκειται να ταξιδέψουμε και να πάμε διακοπές. Ποτέ κανείς δεν ξέρει τι μπορεί να του συμβεί σε έναν άγνωστο τόπο, οπότε καλό είναι από πριν να έχει λάβει τα μέτρα του. Σας παρουσιάζουμε σήμερα τι θα πρέπει να έχει το απαραίτητο βαλιτσάκι πρώτων βοηθειών που οπωσδήποτε πρέπει να έχουμε μαζί μας στις διακοπές.**

Μπορούν να συμβούν τα πάντα. Να μας τσιμπήσει μια σφήκα, να πατήσουμε έναν αχινό, να χτυπήσουμε σε μια πέτρα, να φάμε κάτι και να πάθουμε αλλεργία. Πριν πάμε λοιπόν διακοπές καλό θα είναι να γνωρίζουμε από πριν που βρίσκονται τα νοσοκομεία, ή τα κέντρα Υγείας, στον τόπο που θα παραθερίσουμε.

### **Το βαλιτσάκι των Α βοηθειών θα πρέπει να έχει τα εξής:**

Καταρχήν εάν έχετε παιδιά οπωσδήποτε να μην ξεχάσετε τα βιβλιάρια υγείας τους και να τα έχετε συνέχεια μέσα στο βαλιτσάκι. Επίσης να έχετε :

- θερμόμετρο
- αντιπυρετικά χάπια
- αναλγητικά χάπια
- κρέμα για τα τσιμπήματα καθώς και κρέμα για τα εγκαύματα

- βαμβάκι απλό και βαμβάκι αιμοστατικό
- φυσιολογικό ορό
- ένα θερμόμετρο
- τσιρότα
- οινόπνευμα λευκό και οξυζενέ
- αντισηπτικό σπρέι
- αδιάβροχους επιδέσμους
- απλούς επιδέσμους
- φάρμακο για τη διάρροια και τον εμετό
- αντισταμινικά χάπια.
- ένα ψαλίδι και μια λαβίδα
- χειρουργικά γάντια

**Πηγή:** [iatropedia.gr](http://iatropedia.gr)