



## Cestovní lékárnička

Obsah vaší cestovní lékárničky by měl respektovat délku pobytu, dostupnost zdravotní péče v zemi, kam cestujete a počet spolucestovatelů. Léky ponechejte v originálním balení - hrozí nebezpečí záměny, případně podezření z převážení narkotik. Vždy sledujte dobu použitelnosti (datum expirace) jednotlivých léků a čtěte pečlivě příbalové informace (vhodnost pro děti, těhotné, riziko nesnášenlivosti nebo kontraindikace). Zabezpečte lékárničku před sluncem, teplem a vlhkem. Léky uschovejte mimo dosah dětí!

	<b>Zdravotní problémy</b>	<b>Příklady léků dle možnosti a uvážení.</b>  <b><i>Vydání léků označených Rp. je vázáno na lékařský předpis.</i></b>
1.		<b>Léky, které běžně užíváte</b>
2.	<b>Kinetóza (nevolnost v dopravních prostředcích)</b>	Kinedryl, Travel-Gum
3.	<b>Úraz, poranění</b>	polštářkové náplasti (na otlaky z bot je dobrá náplast tzv. druhá kůže), sterilní čtverce a obvaz, pružné obinadlo, desinfekční prostředek (Septonex, Jodisol apod.), nůžky, na drobná hnisavá poranění Rp. Framykoin mast
4.	<b>Průjem</b>	Endiaron, Imodium, Smecta, Rp. Ercefuryl
5.	<b>Zácpa</b>	Glycerinové čípky, Regulax, Laxylgal, Duphalac apod.
6.	<b>Pálení žáhy</b>	Anacid, Rp. Helicid, Rp. Ranisan
7.	<b>Horečka</b>	Paralen, Superpyrin, Modafen, Panadol, Acylpirin apod
8.	<b>Bolest (hlavy, zubů nebo poranění..)</b>	Ibalgin, Paralen, Brufen, Valetol, Ataralgin apod.
9.	<b>Poštípání hmyzem, kopřivka</b>	Fenistil gel
10.	<b>Bolest v krku</b>	Bioparox, Hexoral, Strepsils apod
11.	<b>Kašel</b>	Mucosolvan, ACC Long,
12.	<b>Nespavost</b>	Rp. Stilnox, Rp. Rohypnol apod.



13.	<b>Hemeroidy</b>	Faktu mast, čípky, Aviril H mast, apod.
14.	<b>Zánět zevního zvukovodu</b>	Rp. Otobacid, Rp. Garasone
15.	<b>Pohmoždění svalů, kloubů</b>	Lioton gel, Heparoid mast, Voltaren mast, Rp. Ketonal čípek apod.
16.	<b>Alergie - na oslunění ("solární ekzém"), na potraviny, bodnutí hmyzem, uštknutí hadem</b>	Panthenol spray, Rp. Fenistil kapky, Rp. Dithiaden, Rp. Rectodelt čípky
17.	<b>Rýma "ucpaný" nos</b>	Nasivin, Otrivin, Rp. Mukoseptonex E apod.
18.	<b>Popálení</b>	Panthenol Spray, Kalcium panthotenicum mast
19.	<b>Bolest zad</b>	Diclofenac 25, Brufen 400, Saridon
20.	<b>Zánět spojivek</b>	Ophthalmo-Septonex, Lacrisyn
21.	<b>Kožní plísňe</b>	Myfungar krém, Canesten krém, Lamisil, Rp. Pevaryl krém apod.
22.	<b>Vaginální mykóza</b>	Canesten vaginální tobolky, krém, Gyno-Pevaryl apod.
23.	<b>Křeče, kolikovitě bolesti (žlučník, ledviny)</b>	Rp. Algifen, Rp. No-Spa
24.	<b>Opar (rtu apod.)</b>	Vectavir mast, Herpesin krém apod.
25.	<b>Antimalarika</b>	dle rady a předpisu odborného lékaře v závislosti na doporučení WHO pro danou oblast
26.	<b>Antibiotika (pro delší pobyt)</b>	dle rady a předpisu odborného lékaře
	<b>Desinfekce vody</b>	Sterilag, Phar-X-Aqua, Sanosil DDW apod.
		<b>Opalovací krémy s vyšším UV faktorem</b>
		<b>Sluneční brýle s UV filtrem</b>
	<b>Repelentní přípravky</b>	Autan, Off apod.



*STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV*

<b>Insekticidy</b>	Raid, Biolit L, elektrické odpařovače
	<b>Teploměr</b>