

# Памятка

## «Безопасное обращение с лекарствами»



Наш организм — это большой и сложный город. В нем живут маленькие «строители» и «защитники», которые следят, чтобы мы были бодрыми, могли бегать, прыгать и учиться. Но иногда в этот город пробираются «вредители» — микробы или вирусы.

В такие моменты на помощь приходят лекарства.

### Что такое лекарство?

Лекарство — это не еда и не сладость, это не конфеты и не игрушки. Это специальный «инструмент» или «помощник», который помогает нашему организму справиться с болезнью. Они могут спасти жизнь, но при неправильном использовании способны нанести серьёзный вред. Лекарство работает правильно, только если его ровно столько, сколько нужно. Если принять, слишком мало — оно не поможет, а если слишком много — оно может стать вредным.

Поскольку лекарства – это серьезные помощники, с ними нужно обращаться очень **ОСТОРОЖНО**.

## Лекарства и витамины не бери!



Не трогай лекарства, даже витамины, без разрешения взрослых

## Основные правила безопасности

- Не принимай лекарства без разрешения взрослых и врача.





Даже если препарат кажется знакомым или безобидным, только врач или родители могут решить, нужен ли он тебе. Никогда не бери таблетки, сиропы или капли сам, даже если они выглядят как вкусные мармеладки.

- **Не бери чужие таблетки и не предлагай свои.**



Лекарство — не угощение. Никогда не пробуй лекарства «просто так» или «за компанию». У каждого человека свой организм, и то, что помогло другу, может быть опасно для тебя. У каждого человека свои болезни и дозировки.

- Не играй с лекарствами.



Не трогай аптечку без необходимости.



Нельзя трогать и глотать лекарства  
без ведома взрослых!

Не вынимай таблетки из упаковок и не пробуй их на вкус.



- Храни лекарства правильно.

## ХРАНЕНИЕ ЛЕКАРСТВ

Обычно дети находят лекарства

- На полу
- В тумбочке, на комод
- В сумке родителей
- В аптечке, которую легко достать и открыть

Храните лекарства правильно

- В сухом, прохладном, защищенном от света месте или в холодильнике (для тех лекарств, которые нужно хранить при температуре ниже 20°C)
- В оригинальной упаковке - так удобнее контролировать сроки годности
- Вместе с инструкцией к препарату - так можно быстро узнать дозировку
- Проверяйте сроки годности раз в месяц, утилизируйте просроченные препараты

Дети любопытны, достаточно отвернуться "на минуту"

- Храните препараты в недоступном для детей месте, как можно выше
- Отдельно от витаминов
- Убирайте сумки и косметички с видного места
- Убирайте лекарства сразу после приема
- Закрывайте плотно крышки на бутылках с сиропами
- Если рассыпали или случайно уронили таблетки - внимательно осмотрите весь пол

## ГДЕ ХРАНИТЬ ЛЕКАРСТВА

Чтобы лекарства не испортились и не пришлось покупать новые, их нужно хранить при определённых условиях.



**ТЕМНОТА.** Отсутствие света особенно важно для препаратов, расфасованных в стеклянную тару. Под его воздействием в ампулах и пузырьках могут протекать различные химические реакции, приводящие к тому, что лекарство теряет эффект, а то и вовсе портится настолько, что может привести к отравлению. Поэтому хранить пузырьки с лекарствами нужно в темноте. Исключение можно сделать лишь для тех лекарств, которые упакованы в тару из тёмного стекла или в непрозрачные флаконы.



**СУХОСТЬ.** Абсолютно все таблетки, капсулы, порошки, перевязочный материал, пластыри активно впитывают влагу и из-за этого портятся. Поэтому их категорически запрещено хранить, например, в шкафчике в ванной.



**ТЕПЛО.** Большинство лекарств нормально переносят комнатную температуру, однако не стоит хранить таблетки в шкафчиках над плитой. И дело даже не в жаре, а в перепадах температур, которые не на пользу лекарствам.



**ХОЛОД.** В нём нуждаются лишь некоторые лекарства. Как правило, в аннотации к ним написано «хранить в сухом прохладном месте».

К подобным средствам относятся почти все глазные капли, некоторые препараты для ушей, свечи, суппозитории, мази, препараты на основе интерферона, вакцины, некоторые препараты с бифидокультурами, инсулин. Разместить лекарства лучше на дверце холодильника или на нижней полке.



Инфографика Владислава ЩЕПКИНА

- **Не принимай лекарства в темноте или без чтения инструкции.**



Ошибка может привести к отравлению или другим тяжёлым последствиям.

**Если случайно выпил(а) незнакомое лекарство — немедленно скажи взрослым и позвони в скорую (103 или 112).**

Не скрывай случившееся — быстрая помощь может спасти жизнь.

**Главное, что нужно запомнить:**

Лекарства — это наши друзья, но только тогда, когда мы относимся к ним с уважением и слушаемся взрослых. Будь осторожен, береги себя, и пусть твой «внутренний город» всегда будет в полном порядке!

**Таблетки — не конфеты! Самолечение опасно для здоровья!**



# Правила хранения лекарств в доме

**1**



Хранить лекарства в недоступном для ребёнка месте (высоко и вне поля зрения ребёнка).

Аптечку с таблетками достаточно просто поместить на верхнюю полку шкафа.

**2**



Если в вашем доме медикаменты можно найти где угодно, то:

- соберите всё в одну коробку (аптечку);
- сделайте генеральную уборку квартиры всех шкафов и ящиков, чтобы найти все затерявшиеся, закатившиеся и просто забытые пилюли.

**3**



Если взрослым прописали таблетки, ни при каких обстоятельствах **не оставляйте их на столе или в другом доступном месте** (нет безвредных лекарств); никогда не принимайте таблетки на глазах у ребёнка — дети любят подражать родителям.

**4**



Ни в коем случае не давайте ребёнку лекарства для взрослых, так как есть риск неправильно рассчитать дозировку.

**5**

для взрослых      для детей



Детские препараты храните отдельно от взрослых в их оригинальных упаковках с инструкциями, чтобы избежать приёма не того лекарства и передозировки.

**6**



Нельзя называть лекарства конфетами, даже витаминами (называйте вещи своими именами и объясните малышу, не запугивая его, значение слова «лекарство»).