



## Le schede *quasi* tecniche **FARMACIA**

Quella che segue è una buona ed essenziale farmacia di gruppo da trekking, redatta sulla base di anni ed anni di esperienze (a quota  $\leq 4164\text{m}$ ). Non ha pretese scientifiche, è utile da portare non solo in montagna ma anche durante un viaggio di piacere in un paese lontano. (Dalla farmacia di gruppo sono esclusi i prodotti che con l'esperienza si è ritenuto di classificare come materiale individuale di cura della salute: protettore solare, kit per le vesciche, farmaci di uso personale).

<b>Categoria/indicazioni</b>	<b>Principio attivo</b>	<b>Esempio di farmaco</b>
Antinfiammatorio, analgesico da medio a forte	Ibuprofene	Brufen 400mg/600mg
Antibiotico ampio spettro (infezioni delle vie respiratorie, otite)	Amoxicillina + acido clavulanico	ABBA 875mg +125mg
Antipiretico, analgesico da lieve a medio	Paracetamolo	Tachipirina 500mg
Antidiarroico	Loperamide cloridrato	Loperamide Hexal 2mg
Antibiotico ampio spettro (infezioni gastro intestinali e delle vie urinarie)	Ciprofloxacina	Ciproxin 500mg
Reazioni allergiche, asma, dermatosi infiammatoria	Betametasone disodio fosfato	Bentelan compresse 1mg
Gastroprotettore (inibitore della pompa protonica)	Lansoprazolo	Lansoprazolo Hexal 15mg
Corticosteroidi per uso topico (eritemi, prurito, punture d'insetto)	Idrocortisone	Locoidon 0,1% crema
Antibiotico per uso topico (infezioni batteriche, giradito)	Gentamicina	Gentamicina 0,1% crema
Antistaminico	Desloratadina	Aerius 5mg
Fermenti lattici (disordini alimentari, assunzione antibiotici)	Lattobacilli + bifido batteri	Lactoflorene 30 cp
Disinfettante	Perossido di idrogeno	Acqua ossigenata
Cicatrizzante/rigenerante per pelle lesa/ustioni di lieve entità anche estese	Acido ialuronico + sale sodico	Connettivina crema oppure garze
Collirio/pomata per infiammazioni oculari	Tobramicina + desametasone	TobraDex
Cerotti misti e abbondanti, garze sterili, benda, termometro, forcicine, pinzette, coperta termica di emergenza, nastro telato		

Di ogni farmaco riassumere indicazioni/posologia scrivendole su un foglio di carta da conservare nel kit di pronto soccorso. Quella nel box è la dotazione obbligatoria. Potrebbero tornare utili alcuni tra i seguenti prodotti facoltativi: pomata/gel per massaggi e/o per il trattamento locale di stati dolorosi e flogistici delle articolazioni e dei muscoli; antiulcera/antiacido; repellente per insetti a base di DET; salviette con soluzione disinfettante; lassativo; pomata antimicotica; soluzioni iniettabili per shock anafilattico o allergico (+ relative siringhe); fluidificante nelle affezioni dell'apparato respiratorio acute e croniche; miorilassante; cotone emostatico; ghiaccio secco. Infine, alcuni suggerimenti: 1) se è previsto di cucinare con un fornello ad alcol, quest'ultimo potrebbe sostituire il disinfettante; 2) tra farmaci equivalenti, privilegiare quelli che occupano meno spazio e che sono nella forma più pratica (se possibile portare un singolo blister anziché tutta la scatola); 3) se nel kit individuale per le vesciche c'è il nastro telato, cancellarlo dalla lista precedente.

[Ottobre/2016]