



# Собираем аптечку для горнолыжного курорта

Что положить в аптечку, когда собираетесь на горнолыжный курорт

## 1. Обезболивающие

- 1.1 Гель Диклофенак натрия
- 1.2 Ибупрофен в таблетках
- 1.3 Спазмалгон

## 2. Антисептики

- 2.1 Перекись водорода
- 2.2 Йод-фломастер

## 3. Медицинские средства, фиксаторы и средства для перевязок

- 3.1 Эластичный бинт
- 3.2 Обычный бинт
- 3.3 Ватные спонжи
- 3.4 Пластырь

*Берите пластырь разных размеров*

#### **4. Средства для ЖКТ**

- 4.1** Регидрон в порошковой форме
- 4.2** Нифуроксазид
- 4.3** Энтеросгель в капсулах

#### **5. Антигистаминные**

- 5.1** Кларитин или Эриус в таблетках

#### **6. Препараты при ОРВИ**

- 6.1** Леденцы Стрепсилс Интенсив
- 6.2** Спрей Отривин
- 6.3** Декатилен

#### **7. Жаропонижающие**

- 7.1** Пакетики Терафлю

#### **8. Крем от ветра и мороза**

- 8.1** Крем без вазелина и спирта

*Желательно, чтобы в составе крема глицерин был не на первом месте*

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?