

El botiquín. Qué hay que tener en un botiquín

Es importante tener siempre un botiquín en casa, en el trabajo, en el coche, etcétera. Puede ser muy útil cuando hay un accidente y hay que curar a alguna persona.

De vez en cuando es importante revisar el botiquín por si algún medicamento está caducado o gastado. Si alguno está caducado, es mejor no utilizarlo. Puedes llevarlo a la farmacia. Tienen un contenedor para tirar medicamentos caducados.

Hay algunos medicamentos, como las gotas para los ojos, que hay que tirar a la basura una vez abiertos y utilizados.

Los medicamentos del botiquín tienen que estar bien cerrados y tienes que guardar el botiquín en un sitio seguro, oscuro y fresco. Es decir, en un armario en el que no haga calor. También es importante que esté en un lugar al que no puedan llegar niños.



El botiquín. Qué hay que tener en un botiquín

Es aconsejable que el armario en el que se guarda el botiquín no tenga cerradura y esté señalizado con algún cartel. Así puede cogerlo cualquier persona con rapidez.



Es muy útil guardar los **prospectos** de los medicamentos. Aunque el botiquín te ocupe más espacio, tener estas instrucciones de cómo hay que tomar cada medicamento puede ser muy útil.

Prospecto.

Es un papel que va en la caja del medicamento y da información sobre él. Por ejemplo, para qué sirve y cómo hay que tomarlo.

Si eres alérgico a algún medicamento puedes dejar una nota en el botiquín, por si te tiene que curar otra persona. Así sabrá qué medicamentos puede usar contigo, si tiene que curarte.



Algunas cosas importantes que debe tener un botiquín:

- Agua oxigenada, betadine o cristalmína para limpiar y desinfectar las heridas.
- Paracetamol para el dolor y la fiebre.
- Ibuprofeno para las inflamaciones.
- Crema para las quemaduras.
- Vendas y apósitos.
- Guantes.
- Pinzas de acero inoxidable.
- Tijeras para cortar las vendas o la ropa, si es necesario.
- Tiritas de diferentes tamaños.
- Esparadrapo.
- Gasas.
- Termómetro.
- **Suero fisiológico.**
- Crema para las picaduras.
- Pastillas para cortar la diarrea.
- Sobres de **suero oral.**
- Una lista de teléfonos importantes a los que llamar en una situación de emergencia. Por ejemplo, policía, emergencias, familiares, etcétera.



Suero fisiológico.

Líquido que tiene agua y sal.
Se utiliza para limpiar heridas.

Suero oral.

Es un líquido que sirve para evitar que una persona se deshidrate. Es decir, que pierda líquidos y su cuerpo no tenga suficiente agua.

