

# Скорая медицинская помощь

# Базовая НОВОГОДНЯЯ

# аптечка



# Жаропонижающее и обезболивающее

**Парацетамол** — боль и температура, первая линия при лихорадке 500–1000 мг разово, макс 3000–4000 мг/сут.

**Ибупрофен** — боль, воспаление, температура, НПВС с доказанной эффективностью, 200–400 мг разово, макс 1200 мг/сут.



# Аллергия

**Цетиризин** — аллергия, зуд, крапивница, H1-блокатор II поколения, 10 мг 1 р/сут, макс 10 мг/сут.

**Лоратадин** — H1-блокатор II поколения, 10 мг 1 р/сут, макс 10 мг/сут.



# Желудочно-кишечные расстройства

**Регидрон** — обезвоживание при диарее, рвоте - основа лечения, 50–100 мл после каждого эпизода диареи, без жёсткого лимита.

**Диосмектит (Смекта)** — диарея, вздутие, адсорбент с доказательной базой, 3г 2–3 р/сут, макс 9 г/сут.

**Метоклопрамид** — тошнота, рвота - противорвотный, прокинетик, 10 мг разово, макс 30 мг/сут.

**Домперидон** — тошнота без влияния на ЦНС, прокинетик, 10 мг 1–3 р/сут, макс 30 мг/сут.

**Мебеверин** — спастические боли в животе, СРК, кишечные колики, миотропный спазмолитик, без угнетения перистальтики. 135 мг 2 р/сут за 20 мин до еды или 200 мг пролонгированный 2 р/сут, макс 400 мг/сут.

**Симетикон** — вздутие, метеоризм, распирающие боли после еды, пеногаситель, уменьшает поверхностное натяжение газовых пузырьков, системно не всасывается. 40–80 мг 3–5 р/сут после еды или при симптомах, макс до 500 мг/сут.



# Изжога и гастрит

## Антациды:

- **Гевискон** — нейтрализует кислоту и создаёт защитный «плот», особенно эффективен при рефлюксе, 10–20 мл или 2–4 таб после еды и перед сном, макс. доза: до 80 мл/сут
- **Маалокс / Алмагель** — быстро уменьшают жжение, симптоматическая терапия, 10–20 мл или 1–2 таб 3–4 р/сут, макс. доза: до 60–80 мл/сут

## H<sub>2</sub>-блокаторы:

- **Фамотидин** — снижает секрецию соляной кислоты, работает быстрее ИПП, но слабее. Внутрь 20 мг разово или 20 мг 2 р/сут., макс. доза: 40 мг/сут

## Ингибиторы протонной помпы (ИПП): принимать утром за 30–60 мин до еды:

- **Омепразол** — классический ИПП, препарат первой линии, 20 мг 1 р/сут, макс. доза: 40 мг/сут
- **Пантопразол** — 20–40 мг 1 р/сут, макс. доза: 40 мг/сут
- **Эзомепразол** — 20–40 мг 1 р/сут, макс. доза: 40 мг/сут
- **Рабепразол** — 20–40 мг 1 р/сут, макс. доза: 40 мг/сут
- **Лансопразол** — 30 мг 1 р/сут, макс. доза: 60 мг/сут



# ОРВИ

## Солевые растворы (натрия хлорид):

- **Аквалор, Аквамарис** — промывание и увлажнение, по необходимости, не ограничено

## Сосудосуживающие спреи (оксиметазолин):

- **Називин, Галазолин** — заложенность носа, 0,05–0,1% спрей: 1–2 впрыска 2 р/сут, курс не более 3–5 дней

## Флурбипрофен (НПВС):

- **Фарингосепт, Флурбипрофен 8,75 мг** — боль в горле, 1 пастилка каждые 3–6 ч, макс 5 пастилок/сут



# Средства при травмах и порезах

Местные антисептики:

- Хлоргексидин, мирамистин — для обработки ран

Стерильные салфетки, бинты, пластыри, холодовой пакет.



10 ШТ



# Список литературы

- Клинические рекомендации Минздрава РФ «Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) у взрослых»
- Diagnosis and Treatment of Gastroesophageal Reflux Disease — клинические рекомендации Российской гастроэнтерологической ассоциации.



[Гайд](#)

[Состав домашней аптечки](#)



# reclin.ru

Reclin® Справочник сокращенных клинических рекомендаций

Клинические рекомендации | Гайды | Курсы | Практика | Калькуляторы | О проекте | Войти

## Найдите клиническую рекомендацию за несколько секунд

Например: артериальная гипертензия

- Сокращенные клинические рекомендации**  
Сократили полноразмерные рекомендации до самого важного – для практики и учебы.
- Структурированный материал**  
Рекомендации четко структурированы – легко найти нужное сразу, без лишнего.
- Постоянно обновляемые рекомендации**  
Еженедельно обновляем актуальные рекомендации.

Геморрагическая лихорадка с почечным синдромом (ГЛПС)  
Открыть гайд

## Получить доступ



**Группа во Вконтакте**

Клинические кейсы, материалы для практики, медицинские новости



**Телеграм-канал**

Тесты для практики, анонсы мероприятий, общение с коллегами