

Įvairioms sveikatos organizacijoms svarstant įvairius koronaviruso scenarijus, „Eurovaistinės“ sveikatos specialistai ragina visuomenę išlikti budriais ir pateikia 10 savo profesionalių rekomendacijų. Vaistininkas Dainius Viederis pataria, ką svarbu turėti namų vaistinėlėje tuo atveju, jeigu Lietuvoje būtų įvestas karantinas. Vaistininkas sako pastebintis, kad šiuo metu žmonės vaistinėje aktyviau ieško, kuo papildyti savo vaistinėlę. Dažniausiai teiraujamasi dezinfekcinių priemonių, įvairių imunitetą stiprinančių priemonių. D. Viederis atkreipia dėmesį, kad namų vaistinėlėje karantino metu svarbu turėti imunitetą stiprinančių ir dezinfekcinių priemonių bei lengvinančių susirgimų simptomus.

„Eurovaistinė“ rekomenduoja namų vaistinėlėje turėti:

- 1. Imunitetą aktyvinančios priemonės.** Vaistininkas rekomenduoja turėti namuose priemonių, kurios padėtų stiprinti imunitetą, saugančių ir atkuriančių gleivinę. Tarp tokių priemonių – antioksidantai, ežiuolės preparatai ir kt.
- 2. Dezinfekcinės išorinės priemonės.** Pasak vaistininko, naudinga turėti dezinfekcinių priemonių, kurios padeda išvengti virusų. Jo teigimu, būtent ši kategorija dabar yra ypač paklausi vaistinėje.
- 3. Paracetamolio preparatai.** Vaistininkas rekomenduoja turėti priemonių, kurios padėtų suvaldyti karščiavimą.
- 4. Nesteroidiniai vaistai nuo uždegimo (antro pasirinkimo esant karščiavimui).** Vaistininkas sako, kad jų svarbu turėti tuo atveju, jeigu pasireiškia karščiavimas ir negalite išeiti iš namų, tačiau sulaukėte gydytojo rekomendacijos juos vartoti.
- 5. Vaistai nuo skausmo.** Namų vaistinėlėje naudingi vaistai, kurie padeda malšinti skausmą.
- 6. Kosulį lengvinančios priemonės.** Vaistininkas akcentuoja, kad šias priemones vertėtų rinktis pagal situaciją: jeigu kosulys yra sausas ir varginantis – slopinančias priemones, jeigu drėgnas – atsikosėjimą lengvinančias.
- 7. Vaistai skrandžio veiklai gerinti.** Sveikatos specialistai taip pat pataria turėti vaistų, kurie padeda gerinti skrandžio veiklą ir kovoja su virškinimo sutrikimais.
- 8. Elektrolitų tirpalai.** Sveikatos specialistas atkreipia dėmesį, kad esant karščiavimui ir kontroliuojant temperatūrą organizmas netenka skysčių ir mineralų, todėl svarbu tinkamai juos atstatyti, to nepadarius galimi širdies ritmo sutrikimai, mėšlungis ar kitos problemos.
- 9. Žolelių, vaistažolių arbatos.** Vaistininkai gali patarti, kokios arbatos gali būti naudingos, siekiant apsisaugoti nuo virusų.
- 10. Įprastai vartojami vaistai.** Sveikatos specialistas taip pat atkreipia dėmesį, kad svarbu pasitikrinti nuolat vartojamų vaistų atsargas, kurios būtų svarbios tuo atveju, jeigu negalėtumėte išeiti iš namų. Taip pat, vaistininko teigimu, verta apgalvoti, kokių preparatų gali prireikti šeimos nariams.

10 priemonių, kurias karantino sąlygomis verta turėti namų
vaistinėlėje

