

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΓΗΠΕΔΟΥ

Η Υγειονομική Επιτροπή της ΕΠΣ Καβάλας ενημερώνει όλα τα σωματεία της για τον εξοπλισμό του Αθλητικού Φαρμακείου Γηπέδου.

Κατάσταση του τι πρέπει να περιέχει ένα φαρμακείο σε ένα αθλητικό σωματείο

1. Επιδεσμικό υλικό και προστατευτικό υλικό

- Βαμβάκι υδρόφιλο
- Απλοί επίδεσμοι
- Ελαστικοί επίδεσμοι διάφορων μεγεθών (π.χ. 8 cm, 10 cm, 12 cm κ.ά.)
- Tensorplast
- Τριγωνικοί επίδεσμοι
- Λευκοπλάστ διάφορων μεγεθών
- Γάζες αποστειρωμένες σε πακέτα
- Χανσαπλάστ
- Νάρθηκες ξύλινοι ή συρμάτινοι μήκους 45 cm και πλάτους 10 cm για ακινητοποιήσεις άκρων
- Παραμάνες μεγάλες
- Σπάτουλες γλώσσας
- Ψαλίδι
- Σύριγγες και βελόνες μιας χρήσης αποστειρωμένες των 5 cc και 10 cc.
- Ποτηράκια χάρτινα ή πλαστικά
- Παγοκύστες γόνατος, ποδοκνημικής
- Επιγονατίδες, μπουτίδες, επιστραγαλίδες

2. Αντισηπτικό υλικό

- Οινόπνευμα καθαρό
- Οξιζενέ
- Ιώδιο μαύρο (Βάμμα)
- Ιώδιο κόκκινο (Mercurchrom)
- Betadine ή Lobocid 7,5%
- Dettol
- Διάλυμα αμμωνίας 100 gr
- Antibacter forte με collagen

3. Τοπικά αντιβιοτικά και φάρμακα τοπικής δράσης

- Αλοιφή: Fucidin Leo
- Αντιβιοτικό σε σκόνη: Terramycin
- Αντιβιοτικό σε σπρέι: Pulvo 47 ή Nebacetin
- Αντιαλλεργική αλοιφή: Phenergan cr. ή Fenistil cr.
- Τοπική αναισθησία: Xilocaine 0,2% cr. και κυρίως ένεση
- Τοπικές θερμαντικές αντιφλεγμονώδεις αλοιφές: Counterpain 1 x 3 ή Algipain 1 x 3 ή Niflamol 1 x 3 ή Bayolin 1 x 3 κ.ά.
- Τοπικές αντιοιδηματικές αλοιφές: Lasonil 1 x 3 ή Roiplon gel 1 x 3

- Τοπικές αντιφλεγμονώδεις, αντιρρευματικές, μυοχαλαρωτικές αλοιφές: Indocid gel ή Muscoril gel ή Itapredin gel
- Τοπικό ψυκτικό, παυσίπονο: Χλωριούχο Αιθύλιο, Algio spray 40 ml aerosol
- Αντισηπτικό οφθαλμικό κολλύριο: Septobore ή Oculosan
- ωτικές παυσίπονες σταγόνες: Parotycin drops. 2 x 3

4. Παυσίπονα, σπασμολυτικά φάρμακα

- Ασπιρίνη – Salospir, Deron: τύποι ασπιρίνης που δεν ενοχλούν το στομάχι
- Ισχυρά παυσίπονα: Lonarid tabl. ή suppr. Medamol tabl. ή suppr. Ponstan tabl. ή drops και Romidon ενέσεις ή Algarphan ενέσεις.
- Σπασμολυτικά: Buscopan tabl. και am. ή Spasmo-cibalgin tabl. και amp. και Octinum-D drops 20 x 2.

Άλλα χρήσιμα φάρμακα

- Για περίπτωση σοκ, λιποθυμίας, βαριάς αλλεργίας, μεγάλης υπότασης κ.ά. Solv-cortef 100 mg ή 250 mg ένεση aerolin σπρέι Effortil drops και ενέσεις.
- Αντιτετανικός ορός: Tetagan amp. ή Tetaglobulin amp.
- Περιπτώσεις εμετών, ζάλης, ιλίγγων: Primperan tabl. ή sír. και ενέσεις ή Torecan tabl. και ενέσεις ή Vomex caps ή suppr και ενέσεις.
- Περιπτώσεις διάρροιας: Imodium caps 1 x 2 ή Reasec tabl 1 x 2 ή Ercefuryl caps 1 x 2
- Αντιφλεγμονώδη, αντιφλογιστικά, αντιρρευματικά: Fenopron 600 mg 1 x 2 ή Clotam 200 mg 1 x 2 ή Voltaren ret.100 mg 1 x 1 ή Surgam tabl. x 2
- Αντιοιδηματικά χάπια: Brasan tabl. 1 x 2 ή Varidase tabl. 1 x 2 ή Eze 1 x 2
- Αντιαρρυθμικά για πιθανές έντονες ταχυκαρδίες: Inderal tabl. 1/2 x 1 ή Lopresor tabl. 1/2 x 1
- Υπογλώσσια χάπια για πιθανές καρδιακές ενοχλήσεις: Pensordil 5 mg (τοποθετείται κάτω από τη γλώσσα 1 ή 2 και λιώννουν σιγά-σιγά)
- Αντιόξινα: Simeco tabl. ή susp. ή Aludrox tabl. ή susp. ή Maalox tabl. ή susp.
- Αντιβιοτικά: Στο φαρμακείο του συλλόγου θα πρέπει να βρίσκεται μια σειρά απλών αντιβιοτικών για παθήσεις κοινές (αμυγδαλίτιδα, ωτίτιδα, ρινοφαρυγγίτιδα κ.ά.) π.χ. Amoxil 500 mg caps 1 x 3 ή Augmentin 625 mg 1 x 3 ή Moxacef 500 mg 1 x 3, όπως επίσης και ειδικά αντιβιοτικά για κυστίτιδα π.χ. Cinobactin caps 1 x 2, Wyntamylon citr 1 x 3 για 3 ημέρες.
- Τέλος οι ηλεκτρολύτες, που είναι απαραίτητοι κυρίως τις ζεστές ημέρες τόσο για τις προπονήσεις όσο και τους αγώνες: Nutrispor σκόνη ή Mineral drink σκόνη.
- Το απαραίτητο φαρμακευτικό υλικό ενός σωματείου ολοκληρώνεται:
- Με μια πλήρη σειρά χειρουργικών εργαλείων και άλλων υλικών (βελονοκάτοχο, λαβίδες, ψαλίδια, ράμματα, 0mm, 2mm, 4mm, steri- strip) για συρραφές ραμμάτων.
- Με φιάλη φορητή οξυγόνου
- Δύο θερμόμετρα.

