viac článkov

Správna dispenzácia: Dovolenková lekárnička

Zverejnené: 22. mája 2023 | Autor: PharmDr. Peter Stanko



Aký postup zvoliť pri príprave dovolenkovej lekárničky

Dovolenková lekárnička je súbor liekov, zdravotníckych pomôcok a doplnkov určená na pobyt mimo bežne dostupnej zdravotnej (predovšetkým lekárenskej) starostlivosti za účelom zabezpečenia správnej a racionálnej liekovej liečby a samoliečenia menej závažných zdravotných problémov.

Dovolenková lekárnička by mala teda byť neoddeliteľnou súčasťou výbavy v prípade cestovania, a to predovšetkým do destinácií, kde nie je priestorovo a časovo dostupná bežná lekárenská služba. To sa týka nielen ciest a pobytov dovolenkových, ale aj pracovných.

Príprava dovolenkovej lekárničky by nemala prebiehať na poslednú chvíľu a s jej prípravou by sa malo začať optimálne 2 až 3 mesiace pred plánovanou cestou.

V rámci konzultačnej činnosti realizovanej v rámci dispenzácie je vhodné pri vytváraní alebo dopĺňaní dovolenkovej lekárničky postupovať metodicky tak, aby výsledná podoba lekárničky minimalizovala riziko problematického priebehu dovolenky ako dôsledku nesprávneho vybavenia liekmi a doplnkami.



Obrázok 2. Pri cestovaní je vždy vhodné mať so sebou originál očkovacieho preukazu. (zdroj: ševt.sk)

Vakcíny a prípravky na prevenciu

Ide o skupinu liekov, ktoré v konečnom dôsledku často nebývajú súčasťou výslednej dovolenkovej lekárničky, ale ktorých zaobstaranie, používanie alebo aplikácia by mali byť zabezpečené v dostatočnom časovom predstihu pred plánovanou cestou.

Najtypickejším príkladom liekov z tejto skupiny sú očkovacie látky a preventívne lieky, ktoré sú v prípade cestovania do zvolenej destinácie vyžadované alebo odporúčané (žltá zimnica, malária a podobne), resp. vakcíny na preočkovanie, u ktorých je aplikácia z dôvodu udržania obranyschopnosti nevyhnutná (tetanus, čierny kašeľ a podobne).

O každom realizovanom očkovaní by mal byť vytvorený samostatný záznam v očkovacom preukaze a očkovací preukaz by mal byť súčasťou dokumentov v dovolenkovej lekárničke.

Do tejto skupiny liekov a doplnkov môžeme zaradiť aj prípravky používané na liečbu akútnych ochorení, ktoré

časovo bezprostredne predchádzajú vycestovaniu (antibiotická a podporná liečba, medikácia súvisiaca so zubárskym zákrokom a podobne).

Príkladom doplnkov, ktoré sú vo vybraných prípadoch vhodné alebo odporúčané na užívanie ešte pred zahájením cesty sú probiotiká.

Dokumenty

Súčasťou cestovnej lekárničky by v prvom rade mali byť dokumenty, ktoré sú nápomocné pri riešení akútnych zdravotných problémov počas cesty a v cieľovej destinácii.

Okrem už spomenutého očkovacieho preukazu je potrebné mať pri sebe štandardnú kartu poistenca pre tú časť cesty, ktorá má prebiehať v rámci krajiny trvalého pobytu a tiež dokumenty súvisiace s dovolenkovým alebo iným nadstavbovým poistením.

Každá cestujúca osoba by mala byť pre prípad nevyhnutnosti vybavená dokumentom potvrdzujúcim krvnú skupinu, prípadné iné dôležité informácie pre prípadnú neodkladnú zdravotnú starostlivosť.

Súčasťou dokumentov môžu byť aj potvrdenia o realizácii a výsledkoch preventívnych testovaní na vybrané ochorenia.

Dlhodobo užívané lieky a zdravotnícke pomôcky

Lieky na dlhodobé užívanie predpisované lekárom by mali tvoriť základ výbavy lekárničky a mali by byť zabezpečené v dostatočnom časovom predstihu pred plánovaným vycestovaním.

Vždy je dôležité mať so sebou v lekárničke nielen dostatočný počet dávok na celú plánovanú cestu, ale mať aj lieky v dostatočnej časovej rezerve pre prípad, že by sa z akýchkoľvek príčin cesta alebo pobyt predĺžili.

Aj z tohto pohľadu sa preto veľmi neodporúča baliť do dovolenkovej lekárničky dávkovače liekov s presne odpočítaným počtom dávok. Okrem vyššie uvedeného platí všeobecná zásada, že lieky by mali byť v dovolenkovej lekárničke zabalené v pôvodnom balení aj s príbalovou informáciou.

Preprava a uchovávanie liekov po jednotlivých dávkach v dávkovačoch je riziková aj z pohľadu uchovania kvality liekov (riziková expozícia vlhkosti, teplote a iným faktorom).

Lieky a doplnky neviazané na predpis s častou frekvenciou používania

Pod pojmom lieky a doplnky neviazané na lekársky predpis s častou frekvenciou používania sa chápu prípravky, ktoré si bežne pacient vyberá v lekárni bez lekárskeho predpisu, a ktoré súvisia s asistovaným samoliečením alebo doplnkovou starostlivosťou o chronické ochorenia, resp. občasné menej závažné zhoršenia zdravotného stavu, ktoré si nevyžadujú konzultáciu s lekárom.

Príkladom môžu byť lieky používané pri ochoreniach prejavujúcich sa občasnými záchvatmi alebo vzplanutiami (alergie, intolerancie, migréna, gastroezofagálny reflux a podobne).

Do uvedenej kategórie patria aj zdravotnícke pomôcky, ako sú ortézy, nosová hygiena, umelé slzy, ale aj meracie prístroje (glukomer, tlakomer) a podobne, ktoré by tiež mali byť súčasťou dovolenkovej lekárničky

v prípade, ak bývajú relatívne často používané.