

Estate: come conservare medicinali in vacanza, i consigli dei farmacologi



Oltre a teli da spiaggia, creme solari e un buon libro, anche i farmaci non possono mancare nelle valigie di chi si appresta a partire per le vacanze, così da non farsi cogliere impreparati nel caso di qualche piccolo incidente proprio in viaggio.

Per conservarli con attenzione e preservarne l'efficacia, la [Società italiana di farmacologia \(Sif\)](#) ha stilato una serie di raccomandazioni. Gli esperti sottolineano che "un farmaco va sempre conservato in un luogo fresco e asciutto, a temperature non superiori ai 24 gradi C", e che le formulazioni solide "sono da preferire" a quelle liquide, "in quanto, in generale, meno sensibili alle temperature elevate".

Se viaggiamo in auto, "i farmaci vanno trasportati nell'abitacolo più fresco", in aereo "è meglio nel bagaglio a mano", poiché nelle stive degli la temperatura scende anche di molti gradi sotto lo zero.

Se si è in terapia con farmaci salvavita - sottolinea la [Sif](#) - ricordarsi di portare con sé la prescrizione medica. "Non sostituire mai la confezione originale", avvertono gli esperti, "è questa che rende riconoscibile il farmaco stesso, riporta la data di scadenza e contiene il foglietto illustrativo, utile se si ha qualche problema o se lo deve consultare per te un'altra persona che non ti conosce e non ha preparazione medica".

Controllare sempre il foglietto illustrativo: "alcuni farmaci possono causare reazioni da fotosensibilizzazione, che possono presentarsi come dermatiti, eczemi e altre manifestazioni cutanee". La [Sif](#) raccomanda di "non conservare i farmaci in ambiente umido": l'umidità - precisano gli esperti - può alterare compresse, capsule e cerotti medicati.

Sciropi, colliri e preparazioni liquide vanno conservate in frigorifero.

Se viaggiamo con un bambino e andiamo in una zona dove può essere difficile reperire medicinali, "è opportuno prima di partire consultare il pediatra su cosa mettere in valigia, in base alle esigenze del bambino, altrimenti sono sufficienti due o tre farmaci base". Per gli esperti [Sif](#) nella nostra 'farmacia portatile' non dovrebbero mancare: un antidolorifico/antipiretico come il paracetamolo (da utilizzare anche nei bambini); un antinfiammatorio come l'ibuprofene; un farmaco per il trattamento delle cinetosi (mal d'auto, mal di mare, etc.); un cortisonico per via iniettabile, utile in caso di reazione allergica; un antibiotico a largo spettro da assumere per via orale, se viaggiamo con bambini anche in formulazione pediatrica; pomate a base di cortisone e di antistaminici, che possono essere utili nelle punture di insetti, eritemi solari o contatti con meduse (da utilizzare anche nei bambini). E ancora: un farmaco per l'iperacidità gastrica o un procinetico; un antidiarroico e un antiemetico, e se si viaggia con un bambino può essere utile anche una soluzione reidratante orale, che può aiutare il piccolo a recuperare i sali minerali persi con il vomito o la diarrea; un piccolo kit di pronto soccorso: disinfettante, garze sterili e cerotti.

ESTATE: COME CONSERVARE MEDICINALI IN VACANZA, I CONSIGLI DEI FARMACOLOGI

diventa fan

Roma, 23 lug. (AdnKronos Salute) 14:06



Oltre a teli da spiaggia, creme solari e un buon libro, anche i farmaci non possono mancare nelle valigie di chi si appresta a partire per le vacanze, così da non farsi cogliere impreparati nel caso di qualche piccolo incidente proprio in viaggio.

Per conservarli con attenzione e preservarne l'efficacia, la Società italiana di farmacologia (Sif) ha stilato una serie di raccomandazioni. Gli esperti sottolineano che "un farmaco va sempre conservato in un luogo fresco e asciutto, a temperature non superiori ai 24 gradi C", e che le formulazioni solide "sono da preferire" a quelle liquide, "in quanto, in generale, meno sensibili alle temperature elevate".

Se viaggiamo in auto, "i farmaci vanno trasportati nell'abitacolo più fresco", in aereo "è meglio nel bagaglio a mano", poiché nelle stive degli aerei la temperatura scende anche di molti gradi sotto lo zero.

Se si è in terapia con farmaci salvavita - sottolinea la Sif - ricordarsi di portare con sé la prescrizione medica. "Non sostituire mai la confezione originale", avvertono gli esperti, "è questa che rende riconoscibile il farmaco stesso, riporta la data di scadenza e contiene il foglietto illustrativo, utile se si ha qualche problema o se lo deve consultare per te un'altra persona che non ti conosce e non ha preparazione medica".

Controllare sempre il foglietto illustrativo: "alcuni farmaci possono causare reazioni da fotosensibilizzazione, che possono presentarsi come dermatiti, eczemi e altre manifestazioni cutanee". La Sif raccomanda di "non conservare i farmaci in ambiente umido": l'umidità - precisano gli esperti - può alterare compresse, capsule e cerotti medicati.

Sciroppi, colliri e preparazioni liquide vanno conservate in frigorifero.

Se viaggiamo con un bambino e andiamo in una zona dove può essere difficile reperire medicinali, "è opportuno prima di partire consultare il pediatra su cosa mettere in valigia, in base alle esigenze del bambino, altrimenti sono sufficienti due o tre farmaci base". Per gli esperti Sif nella nostra 'farmacia portatile' non dovrebbero

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

Email

[Informativa privacy](#)

ISCRIVITI

ALIMENTAZIONE

- La dieta mediterranea
- La dieta dimagrante
- Il colesterolo
- Cibi per la dieta
- Dieta alimentare

VIE RESPIRATORIE

- Il raffreddore
- La tosse
- Mal di gola
- L'influenza

ALLERGIE

- Raffreddore allergico
- Asma bronchiale
- Congiuntivite allergica
- Allergie alimentari

CARDIOLOGIA

- Infarto
- Iperensione
- Trombosi
- Tachicardia

DERMATOLOGIA

- Micosi
- Herpes
- Psoriasi
- Verruche

PSICOLOGIA

- Lo psicologo
- Psicologia nella vita dei popoli
- Introduzione alla psicologia
- Intervista al Dott.

EMATOLOGIA

- Anemia
- Il mieloma
- Leucemia
- Il linfoma

GASTROENTEROLOGIA

- Gastrite
- Ulcera