

Farmaci, ecco quali portare in vacanza e come conservarli. I consigli dei farmacologi

[Tweet](#)

*Prima di partire per le vacanze e mettere i farmaci in valigia bisogna innanzitutto porsi un paio di domande: andiamo in un luogo caldo? Viaggiamo con dei bambini? In estate, poi, dobbiamo prestare una maggiore attenzione alla scelta della preparazione farmaceutica (pomata, compressa, sciroppo, gocce etc.) da portare con noi e alle corrette modalità di conservazione. Dalla **Società Italiana di Farmacologia** alcuni suggerimenti per prepararsi alle vacanze anche dal punto di vista dei medicinali da portare in valigia e a come conservarli.*

23 LUG - "Agosto è alle porte e milioni di italiani si stanno preparando per le vacanze. Oltre ai teli da spiaggia, le creme solari e un buon libro non potranno mancare in valigia anche alcuni farmaci. Per chi già segue terapie croniche, ma anche per la prevenzione. I più accorti, infatti, vorranno essere preparati nel caso si abbia qualche piccolo incidente con la salute proprio in viaggio. E sia che andremo in un posto caldo sia al fresco, al mare o in montagna, dovremo fare molta attenzione a come conserveremo la nostra piccola "farmacia" portatile".

È quanto scrive la **Società Italiana di Farmacologia** che ha rilasciato alcuni consigli sul tema farmaci in vacanza

"Prima di partire per le vacanze e mettere i farmaci in valigia – scrive la **Sif** - bisogna innanzitutto porsi un paio di domande: andiamo in un luogo caldo? Viaggiamo con dei bambini? In estate, poi, dobbiamo prestare una maggiore attenzione alla scelta della preparazione farmaceutica (pomata, compressa, sciroppo, gocce etc.) da portare con noi e alle corrette modalità di conservazione".

Consigli generali:


- Un farmaco va sempre conservato in un luogo fresco ed asciutto, a temperature non superiori ai 24°C.
- Preferire le formulazioni solide a quelle liquide, in quanto, in generale, meno sensibili alle temperature elevate
- Se viaggiamo in auto, i farmaci vanno trasportati nell'abitacolo più fresco. Se viaggiamo in aereo è meglio nel bagaglio a mano: nelle stive degli aerei la temperatura scende anche di molti gradi sotto lo zero.
- Se sei in terapia con farmaci salvavita, ricordarti di portare con sé la prescrizione medica.
- Non sostituire mai la confezione originale del farmaco, 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 del farmaco, alcuni farmaci possono causare reazioni da fotosensibilizzazione (Una volta assunti, se ci si espone al sole si può avere un effetto indesiderato), che possono presentarsi come dermatiti, eczemi e altre manifestazioni cutanee.
- Non conservare i farmaci in ambiente umido: l'umidità può alterare compresse, capsule e cerotti medicati.
- Conservare in frigorifero gli sciroppi e i colliri e le preparazioni liquide.
- 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.

I farmaci che possono servire sono:

- Un antidolorifico/antipiretico come il paracetamolo (da utilizzare anche nei bambini).
- Un antinfiammatorio come l'ibuprofen.
- 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).
- Un farmaco per l'iperacidità gastrica o un procinetico.
- Un antidiarroico e un antiemetico. 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.

© Riproduzione riservata

Commenti: 0 Ordina per **Novità** 

Aggiungi un commento...

[Tweet](#)  stampa

Farmaci, ecco quali portare in vacanza e come conservarli. I consigli dei farmacologi

Prima di partire per le vacanze e mettere i farmaci in valigia bisogna innanzitutto porsi un paio di domande: andiamo in un luogo caldo? Viaggiamo con dei bambini? In estate, poi, dobbiamo prestare una maggiore attenzione alla scelta della preparazione farmaceutica (pomata, compressa, sciroppo, gocce etc.) da portare con noi e alle corrette modalità di conservazione. Dalla Società Italiana di Farmacologia alcuni suggerimenti per prepararsi alle vacanze anche dal punto di vista dei medicinali da portare in valigia e a come conservarli.



23 LUG - "Agosto è alle porte e milioni di italiani si stanno preparando per le vacanze. Oltre ai teli da spiaggia, le creme solari e un buon libro non potranno mancare in valigia anche alcuni farmaci. Per chi già segue terapie croniche, ma anche per la prevenzione. I più accorti, infatti, vorranno essere preparati nel caso si abbia qualche piccolo incidente con la salute proprio in viaggio. E sia che andremo in un posto caldo sia al fresco, al mare o in montagna, dovremo fare molta attenzione a come conserveremo la nostra piccola "farmacia" portatile".

È quanto scrive la **Società Italiana di Farmacologia** che ha rilasciato alcuni consigli sul tema farmaci in vacanza

"Prima di partire per le vacanze e mettere i farmaci in valigia – scrive la Sif - bisogna innanzitutto porsi un paio di domande: andiamo in un luogo caldo? Viaggiamo con dei bambini? In estate, poi, dobbiamo prestare una maggiore attenzione alla scelta della preparazione farmaceutica (pomata, compressa, sciroppo, gocce etc.) da portare con noi e alle corrette modalità di conservazione".

Consigli generali:

- Un farmaco va sempre conservato in un luogo fresco ed asciutto, a temperature non superiori ai 24°C.
- Preferire le formulazioni solide a quelle liquide, in quanto, in generale, meno sensibili alle temperature elevate
- Se viaggiamo in auto, i farmaci vanno trasportati nell'auto più fresco. Se viaggiamo in aereo è meglio nel bagaglio a mano: nelle stive degli aerei la temperatura scende anche di molti gradi sotto lo zero.
- Se sei in terapia con farmaci salvavita, ricordarti di portare con sé la prescrizione medica.
- Non sostituire mai la confezione originale del farmaco, 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 del farmaco, alcuni farmaci possono causare reazioni da fotosensibilizzazione (Una volta assunti, se ci si espone al sole si può avere un effetto indesiderato), che possono presentarsi come dermatiti, eczemi e altre manifestazioni cutanee.
- Non conservare i farmaci in ambiente umido: l'umidità può alterare compresse, capsule e cerotti medicati.
- Conservare in frigorifero gli sciroppi e i colliri e le preparazioni liquide.
- 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.


I farmaci che possono servire sono:

- Un antidolorifico/antipiretico come il paracetamolo (da utilizzare anche nei bambini).
- Un antinfiammatorio come l'ibuprofen.
- 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).
- Un farmaco per l'iperacidità gastrica o un prokinetico.
- Un antidiarico e un antiemetico. 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.

OS newsletter

ISCRIVITI ALLA NOSTRA NEWS LETTER
Ogni giorno sulla tua mail tutte le notizie di
Quotidiano Sanità.

OS gli speciali

 **Ecco il contratto di Governo 5 Stelle-Leg**
Il programma per la sanità

tutti gli spe

iPiùLetti [7 giorni] [30 giorni]

- 1 Vaccini. Grillo traccia la rotta: "Obbligo flessibile e graduale e no a esclusione da scuola". E poi su liste d'attesa: "Saranno puniti i manager che non rispetteranno le indicazioni"
- 2 Specializzazioni mediche. Grillo: "La musica cambia. Pronti per la revisione del sistema"
- 3 Autismo: 500 mila famiglie coinvolte. Al via il protocollo di collaborazione Fimp e Iss
- 4 L'Antitrust boccia la legge Lorenzin "Non opportuni nuovi Ordini e Albi per le professioni sanitarie non mediche. La relazione annuale"