

АПТЕЧКА В ДУБАЙ



Всё необходимое для здоровья
ребёнка за рубежом

15+ позиций

01

02

 Дубай + Россия

Для детей

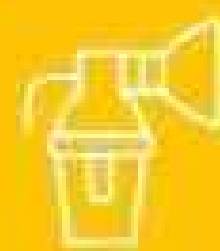
03

НЕБУЛАЙЗЕР, ИНГАЛЯЦИИ И АНТИБИОТИК

Фокус на детскую аптечку и методы лечения

1 НЕБУЛАЙЗЕР (КОМПРЕССОРНЫЙ)

Основа детской аптечки за рубежом. Ингаляции при бронхоспазме, крупе, обструкции.



2 БЕРОДУАЛ (ФЕНОТЕРОЛ+ИПРАТРОПИЙ)

Бронхолитик быстрого действия. Расширяет бронхи и не дает им сомкнуться. Разводится физраствором, стандартная дозировка 10 капель + 3 мл физраствора



3 ПУЛЬМИКОРТ (БУДЕСОНИД)


Ингаляционный гормон. Купирует ложный круп и частично бронхоспазм.
Экстренная доза 0.25 мг/мл – 4мл разовая доза
Плановая доза 0.25мг/мл – 2 мл + 2 мл физраствора



4 АУГМЕНТИН 600 (СУСПЕНЗИЯ)

Антибиотик широкого спектра. 600мг + 42.9мл/5 мл. Дозируется по весу из расчета 70-90 мг/кг/сут.



 Данные лекарства будут активированы (назначены) только врачом дистанционно или после очного приема

ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ СРЕДСТВА

1 НУРОФЕН (ИБУПРОФЕН)

Жаропонижающее и противовоспалительное.

Сироп 100мг/5мл или свечи 60мг.

Интервал — каждые 6–8 часов, максимально 3 раза в день

Начинать именно с Нурофена — он лучше помогает большинству детей.

2 ПАРАЦЕТАМОЛ

Альтернатива Нурофену.

Сироп 120/5мл или свечи 125мг

Чередуют при стойкой температуре.

Интервал — каждые 4–6 часов. Максимально 4 раза в день (максимально 60мг/кг/сут)

Дать, если не прошло 8 ч с момента последнего Нурофена, но температура снова высокая.

ae В любой аптеке или супермаркете Дубая можно купить и сиропы, и свечи с этими веществами.

не стоит забывать про физические методы охлаждения (снять подгузник, растереть теплой водой)

⚠ *Начинать с Нурофена — он лучше помогает большинству детей. При невозможности выдержать паузу 8 ч — дать Парацетамол.*

⚠ *Любую температуру можно снижать если она хоть малейшим образом мешает ребенку жить. Если она ниже 38.5 + жалоба — можно сбивать. Если температура выше 38.5 — начинайте сбивать.*

03

АНТИГИСТАМИННОЕ

1

ЭРИУС (ДЕЗЛОРАТАДИН, СИРОП)

Антигистаминный препарат 2(3)-го поколения.

Без седативного (снотворного) эффекта.

Применяется при:

- не уточненной аллергии
- укусах насекомых
- крапивнице

+допускается зиртек, зодак.



2

💡 Когда давать?

При появлении аллергической сыпи, отёка, зуда — сразу. При известной аллергии у ребёнка — профилактически по назначению врача.



3

👶 Детям с 1 до 6 месяца допустимо использовать фенистил в каплях.



4

📄 Следует избегать антигистаминные средства первого поколения (супрастин, тавегил)

i

Кишечные инфекции



01

ЭНТЕРОЛ В САШЕ

Пробиотик на основе *Saccharomyces boulardii*. Применяется при диарее, кишечных инфекциях, при приёме антибиотиков. С 1 года – 1 саше в день

02

БИО ГАЯ (ДЛЯ ДЕТЕЙ ДО ГОДА)

Капли с *Lactobacillus reuteri*. Для малышей до 12 мес при коликах, нарушении стула и при антибиотикотерапии. Безопасны с первых дней жизни.



03

Купить в дубае

Сироп *Nomit* 4mg/5ml – стандартная дозировка 0.15mg/kg разовая доза максимум 3 раза в день, разрешен с 6 мес. Не брать с собой мотилиум!

Растворы для регидратации. Можно взять из дома растворы для восполнения жидкости, но здесь продаются замечательные растворы в пакетиках (например *ORS electrona*), и дети их пьют более охотно, они похожи на сок.



04

Препараты, которые нам не понадобятся:

- энтеросгель и прочие сорбенты
- энтерофурил
- мотилиум
- прочие пробиотики
- лоперамид



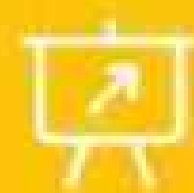
КОЖА И ЗАЩИТА ОТ УКУСОВ

Дубай — жаркий климат. Защита кожи = важная часть аптечки.

01

КАЛАМИН ЛОСЬОН

При укусах насекомых, ветрянке. Снимает зуд, охлаждает. Безопасен с рождения.



02

СПФ крем

Обязательно нужен СПФ крем 30-50. Единственное условие — одобрен для использования для самых маленьких детей или возраста вашего ребенка.



03

ЭМОЛЕНТ

Увлажняющий крем. В жарком климате Дубая кожа пересыхает быстро. CeraVe, Lipikar — хорошие варианты.



04

ДЕТСКИЙ РЕПЕЛЛЕНТ

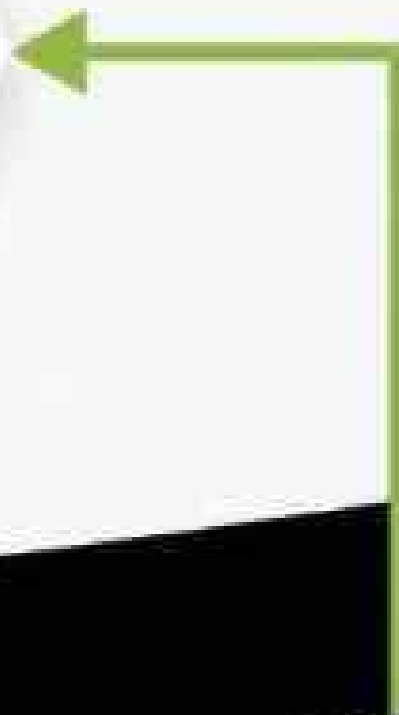
Защита от комаров. На основе ДЭТА, IR3535 или Picaridin. Условие - безопасность для детей, написанная на упаковке для вашего возраста.

Травмы

2

Криопакет

Одноразовый хладагент при ожогах, травмах, ушибах. Активируется нажатием. Без холодильника. Либо просто плотный пакет со льдом в морозилке



3

ПЛАСТЫРЬ И БИНТ

Бактерицидный пластырь разных размеров + эластичный бинт. Базовая перевязка при порезах



ОРВИ

Лечение и рекомендации

1

ТЕРМОМЕТР

Только подмышечный электронный, либо ушной со сменными насадками.

2

Просывание носа

Хорошо известные нам аква-марис, аквадор – незаменимые спутники в избавлении от соплей.

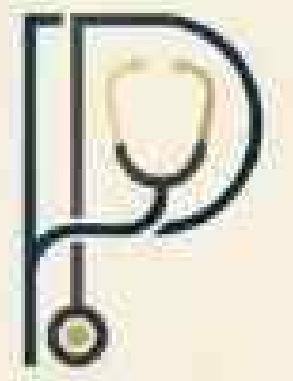
3

Боль в горле

Нам подойдут леденцы. Некоторые допустимы к использованию с 4 лет (стрепсилс детский). На самом деле подойдут абсолютно любые леденцы на палочке, ибо самое главное это выделение слюны.

Также с трех лет жизни можно использовать спрей на основе бензидамина (тантум-верде, ангидак) при боли в горле





PLAKHOV
KIDS MEDICINE
DUBAI

ВРАЧ-ПЕДИАТР ДУБАЙ

- врач-педиатр с опытом работы 8 лет
- ✓ международная практика



- врач GP в Дубае

Лечение осуществляется с позиции доказательной медицины, не исключая индивидуальный подход.

 WA +971 555 211 295

 inst: inner_doctor

 location: Dubai, JLT cluster N, Lakepoint tower, Detki clinic

 онлайн-консультации - WA Detki\direct