



VYBAVENÍ LÉKÁRNIČKY

Předpokládá se, že obsah tělocvičné lékárničky bude minimálně v rozsahu autolékárničky (dle vyhlášky č. 153/2023 Sb.):

- obvaz hotový s 1 polštářkem – 3 ks
- obvaz hotový se 2 polštářky – 3 ks
- náplast hladká cívka
- obinadlo škrticí
- rukavice
- nůžky zahnuté
- izotermická fólie

DÁLE DOPORUČUJEME:

jódový (Jodisol, Betadine) a v případě alergie na jód nejódový (Septonex, Cutasept) dezinfekční prostředek

- lék proti bolesti a při horečce (Paralen)
- živočišné uhlí (Carbosorb) nebo lék proti průjmům
- lék proti alergii (antihistaminikum)
- oční voda na výplach očí
- masti proti bolesti svalů a kloubů
- sterilní čtverce
- sterilní obvaz
- obinadlo pružné nesterilní – dvě velikosti,
- různé druhy náplastí vhodné pro sport (např. voděodolné) a pro alergiky,
- teploměr digitální, pinzeta, chladivé gelové komprese, seznam důležitých telefonních čísel, případně karty první pomoci

Provozovatel musí udržovat lékárničku v řádném stavu a jednotlivé druhy zdravotnických potřeb obměňovat podle expirace (data spotřeby). Lékárnička musí být přístupná všem cvičitelům, trenérům a dalším činovníkům, pro které je určena.

ZDROJ: ZDRAVOTNÍ KOMISE ČOS
zdravotnikomise@sokol.eu