**Что должно входить в детскую аптечку?**

**1.** **Предмет первой необходимости – термометр.** Большинство современных врачей выступают за электронный: пользоваться им легче, температуру можно померять быстрее и, самое главное, он не представляет такой потенциальной опасности для здоровья, как ртутный в случае нарушения целостности. Однако при всех своих плюсах новомодные электронные термометры часто не отличаются такой же точностью измерений, как старые добрые ртутные. Так что срочно избавляться от ртутных градусников не стоит, лучше надежно упаковать их и убрать подальше, во взрослую аптечку.

**2. Средства наружного применения для обработки царапин и порезов:** перекись водорода или раствор хлоргексидина, а также на выбор – зеленка, йод. Многим больше нравится фукорцин: он достаточно легко отстирывается от одежды и действует «мягче», чем йод, от которого на тонкой нежной коже даже могут остаться стойкие следы наподобие следов от ожогов (особенно если использовать его на коже лица).

**3. «Местные» средства для оказания «срочной помощи» в случае ожогов, ушибов, для  ускорения рассасывания синяков.** Например, от ожогов (в том числе и солнечных) – мазь или спрей на основе пантенола, мазь календулы или какие-нибудь негормональные антигистаминные мази – на случай укусов комаров или слепней.

**4. Жаропонижающие и обезболивающие лекарства,** большинство детских врачей выступают за средства на основе парацетомола или ибупрофена. В идеале укомплектовать детскую аптечку подобными лекарствами в разной форме выпуска: микстуры, таблетки, порошки: малыш во время болезни капризничают, и заранее знать, что им понравится, а что нет, порой невозможно.

**5. Антигистаминные препараты последнего поколения** (также в разной лекарственной форме). Они должны быть в аптечке даже если ребенок не страдает аллергией: та может проявиться абсолютно неожиданно, например, если сильно покусают комары или [аллергеном окажется какой-нибудь продукт](https://domashniy.ru/article/materinstvo-i-deti/zdorovie-i-pitanie-detey/detskaya_allergiya_vrag_u_vorot.html) (особенно в этом смысле опасны экзотические фрукты).

**6. Желудочно-кишечные лекарства.** В качестве средства первой помощи при желудочно-кишечных расстройствах пригодятся натуральные сорбенты, например на основе активированного угля, лигнина или диосмектита (он же смектит диоктаэдрический). А вот держать в детской аптечке сильные антимикробные и антисептические препараты для лечения кишечных инфекций – дело неблагодарное. Их может назначать только врач исходя из симптоматики заболевания, и самоназначение может быть очень опасно.

**7. Детские капли для облегчения дыхания** [при насморке или ОРВИ](https://domashniy.ru/article/zdorovie-i-krasota/zdorovie/nasmork_kak_ego_odolet.html) (какие выбрать – лучше проконсультироваться с педиатром). Также в сезон простуд и гриппа не лишним будет добавить в аптечку какой-нибудь противовирусный препарат, чтобы начать принимать его при первых же признаках заболевания.

**8. Средства для детской гигиены,** различные «вспомогательные инструменты» и перевязывающие материалы: вата и ватные палочки, бинты (в том числе стерильные), антисептические салфетки, лейкопластырь, марля для компрессов и пр.