

VODIČ

**DA VAM
LJETNE
TEGOBE NE
POKVARE
LJETOVANJE**

5

SAVJETA KAKO SE
NOSITI S
NEZGODAMA KOJE
SU NAJČEŠĆE U
SEZONI BORAVKA
NA PLAŽI

▶
Za sigurno ljetovanje okreni
stranicu



OPEKLINE OD SUNCA



Uzrok:

Opekline od sunca predstavljaju upalnu reakciju kože na ultraljubičasto zračenje (UV zračenje) kojem bivamo izloženi prilikom boravka na suncu. Većina opekline od sunca zahvaća površinski dio kože.

Simptomi:

Najprije nastaje crvenilo uz osjećaj topline i/ili peckanja, na koji se na-dovezuje osjećaj zatezanja, a zatim dolazi do guljenja kože. Kada se sva koža oguli, zaostaje tamnija boja kože. Blage opekline od sunca traju oko tri dana, dok one teže mogu potrajati malo dulje.

Liječenje:

Na mjestima zahvaćenim opeklinama nanosite dekspantenol. Dekspantenol je blagotvoran sastojak koji umiruje kožu, održava vlažnost, obnavlja ju i stvara zaštitni sloj na koži te je tako štiti od infekcija i ubrzava liječenje.

Panthenol S.O.S. u obliku spreja ima obnavljajuća svojstva.

Sadrži alantoin, aloe veru i dekspantenol. Alantoin potiče regeneraciju kože, 10% dekspantenol obnavlja i smiruje iritacije, a aloe vera smiruje upale i umiruje kožu. Vrlo brzo osjetit ćete olakšanje na koži. Ako se opekline jave lokalizirano na području glave (nos, čelo, obrazi), tada je moguće primijeniti i sredstvo u obliku gela koje ne ostavlja masni trag.

Tyrosur® CareExpert gel za rane

također sadrži sastojke bitne za brži oporavak oštećene kože: dekspantenol, alantoin i vitamin E u hidrogelnoj podlozi.



Prevenција: Važno je ne izlagati se suncu u vrijeme kada je ono najjače, odnosno, između 10 i 16 sati, a prilikom izlaganja suncu obavezno je korištenje krema za sunčanje s UV faktorom prilagođenom tipu kože.

Kada je potrebno javiti se liječniku?

Liječničku pomoć zahtijevaju jake opekline od sunca koje zahvaćaju veliku površinu tijela, inficirane opekline (izrazito bolne, s napetom kožom, koje se šire i ponekad je prisutan gnoj), opekline uz povišenu tjelesnu temperaturu, izrazito bolne opekline i opekline uz koje je prisutna dehidracija.



MANJE POVRŠINSKE RANE

Uzrok:

Rana je svaka ozljeda kod koje dolazi do prekida kontinuiteta kože.

Simptomi:

Rane koje se najčešće inficiraju su ubodne, poderotine, rane na nogama, ugrizne rane, a posebno one koje se odmah pravilno ne obrade. Znakovi po kojima ćemo brzo prepoznati inficiranu ranu su: osjećaj topline, crvenilo, osjećaj boli i pulsiranja te lagani otok oko rane.

Ma kako nam neke rane izgledale bezazleno, sve zahtijevaju obradu. Tako se izbjegava mogućnost razvoja infekcije te osigurava bolje i brže cijeljenje.

Liječenje:

Ako se radi o manjoj leziji koja ne zahtjeva liječničku intervenciju, započnite čišćenjem i dezinfekcijom rane. Infektivni agensi, posebice bakterije, mogu prodrijeti i inficirati ranu. To se događa kada rubovi rane pocrvene. Kako biste izbjegli navedenu pojavu, započnite s upotrebom proizvoda s antibiotskim djelovanjem.

Tyrosur® 1mg/g prašak za kožu i Tyrosur® 1mg/g gel

je lijek za kožu pogodan za sve manje, površinske, umjereno vlažne ozljede (rane) na koži. Dolazi u obliku gela ili praška za beskontaktno nanošenje, a sadrži tirotricin.



TYR-05-05/2022

Ako se tegobe pogoršaju ili unutar tjedan dana ne nastupi poboljšanje, obavezno se posavjetujte sa svojim liječnikom.

Prije upotrebe pažljivo pročitajte uputu o lijeku, a o rizicima i nuspojavama upitajte svog liječnika ili ljekarnika.

Kada je potrebno javiti se liječniku?

Liječničku pomoć obavezno potražite:

- kad ne možete zaustaviti krvarenje
- u slučaju duboke ubodne rane
- u slučaju ugriza životinje
- kad rana pokazuje znakove jače lokalne infekcije

POREMEĆAJ PROBAVNOG SUSTAVA



Uzrok:

Poremećaji probavnog sustava vrlo često su uzrokovani nadražajnim tvarima, toksinima i patogenim mikroorganizmima. Kao rezultat toga, probavni sustav ne može normalno funkcionirati, što dovodi do neugodnih simptoma. Često mogu nastati zbog promjena u prehrani tijekom putovanja ili na odmoru.

Simptomi:

Bol u trbuhu, grčevi, osjećaj punoće i težine, nadutost, vjetrovi i mučnina, refluks, povraćanje, žgaravica, nelagoda i proljev. Nabrojene probavne tegobe mogu se javiti pojedinačno, a ponekad je istovremeno prisutno čak više probavnih tegoba.

Liječenje:

Važno je znati da su probavne smetnje često međusobno povezane i da se znakovi mogu međusobno preklapati.

Silicol®gel veže na sebe toksine i štetne tvari kako bi ih na bezopasan način uklonio iz organizma. Nakon oralnog uzimanja, Silicol®gel stvara zaštitni i smirujući sloj na sluznici želuca i crijeva. Vezujući svojstva Silicol®gela “kao magnet” vežu većinu štetnih i toksičnih tvari te patogenih mikroorganizama. Također veže plinove, smanjuje višak kiseline i nadutost. Nakon pražnjenja crijeva, štetne se tvari na bezopasan način uklanjaju iz organizma.



Kada je potrebno javiti se liječniku?

Posebnu pažnju treba obratiti na vrijeme razvoja simptoma. Kod trovanja hranom simptomi se javljaju unutar nekoliko sati od izloženosti zarazi, dok kod želučane viroze treba proći 24 do 48 sati od zaraze do pojave prvih simptoma.

Javite se svom liječniku ako proljev traje duže od tri dana, često povraćate dulje od dva dana, imate krv u stolici ili imate temperaturu iznad 38.3 °C.

Javite se hitnoj pomoći ako ste dehidrirali, otrovali se ribom ili gljivama, povraćate krv, srce vam ubrzano lupa, imate problema s disanjem, vidite dvostruko ili imate problema s gutanjem i pomicanjem dijelova tijela.



BOL U UHU

Uzrok:

Bol može nastati zbog procesa unutar samog uha ili se bol može reflektirati u uho zbog poremećaja koji se nalazi u blizini, ali ne potječe iz samog uha (npr. začepljen nos). Bol u samom uhu može nastati zbog razlike u tlakovima u srednjem i vanjskom uhu zbog upale ili zbog oba razloga.

Simptomi:

Osoba koja pati od bolova u uhu obično osjeća nelagodu u vanjskom, srednjem ili unutarnjem uhu. Također, mogu se pojaviti simptomi koji uključuju crvenilo u ušima, oticanje uha, osjetljivost na dodir uha, curenje sekreta iz uha. Djeca često pate od uhobolje, a posebno dojenčad koja se čak nekoliko puta godišnje bori s takvom vrstom boli.

Dojenčad je plačljiva i često se pretjerano češe oko uha. Često se javljaju i opći simptomi bolesti kao što su vrućica (povišena temperatura), bolovi u trbuhu, proljev, povraćanje, poteškoće sa spavanjem i slabiji sluh.

Liječenje:

Obzirom da se bol u uhu javlja najčešće noću zbog ležećeg položaja tijela, naročito kod djece, važno je za početak ublažiti bol i svrbež u uhu. Uholbolja se ne može spriječiti, ali uz neke savjete može se značajno smanjiti rizik od njezine pojave. Kako bi spriječili uholbolju, pravilna briga o uhu je presudna.



Vaxol® poboljšava čišćenje zvukovoda olakšavajući uklanjanje cerumena na prirodan način koristeći dobrobiti maslinovog ulja farmaceutске čistoće.

Auridol kapi za uho smanjuju osjećaj boli, a smiju se koristiti kod djece već od 6 mjeseci starosti i odraslih.

Djelovanje Auridol kapi za uho se temelji na učinku njegovih aktivnih sastojaka, lidokaina i bezvodnog glicerola. Auridol kapi za uho mogu se koristiti do 3 dana.



Kada je potrebno javiti se liječniku?

Kako bi se izbjeglo trajno oštećenje uha, uvijek je potrebno savjetovanje s liječnikom. Ako se bol u uhu ne liječi ili se liječi pogrešno, može, ovisno o uzroku, imati ozbiljne posljedice.



UJEDI I UBODI MORSKIH ŽIVOTINJA

Uzrok :

Ljeti se često previše opustimo i zaboravimo na moguće opasnosti uzrokovane boravkom na moru, kao i na „ljetne aktivnosti“ pojedinih morskih stanovnika. Među najčešće spadaju ubod morskog ježinca i ujed vlasulje.

Simptomi:

Ubod morskog ježinca: bodlje, koje pokrivaju školjku morskog ježinca, odlome se u koži uzrokujući oštećenje tkiva i upalu. Ako ih se ne ukloni, bodlje se pomiču u dublja tkiva, čak do kosti ili živaca uzrokujući kroničnu upalu.

Ujed vlasulje: pri dodiru s vlasuljom osjeti se ubod poput žalca (bol ne mora biti jaka). Nakon nekoliko minuta pojave se na koži crveni krugovi/ osip koji obično nestanu tijekom jednog dana. Ponekad se mogu javiti i mjehurići na koži, a zbog svrbeža nije rijetka ni sekundarna infekcija kože.

Liječenje:

Ubod morskog ježinca: kad stanete na ježinca, prvo što morate napraviti, koliko god bolno i mukotrpno bilo, jest izvaditi iglice pincetom. Pripazite da je sterilna. Prije nego što krenete u ovu “operaciju”, omekšajte kožu oko uboda. To ćete najbolje postići toplom vodom. Velika je vjerojatnost da će tijelo samo izbaciti neke iglice, no vjerojatno ćete dio morati vaditi sami. Bodlje se moraju što prije izvaditi jer postoji opasnost od gnojne infekcije. Kad vadite iglice, pripazite da ih ne slomite. Vadite ih što nježnije i kada ste gotovi, mjesto uboda obavezno dezinficirajte.

Ujed vlasulje: Liječenje je simptomatsko, odnosno ubod se treba isprati morskom vodom i tretirati simptomatski. U slučaju infekcije oboljelo mjesto tretirati Tyrosur® 1mg/g gel.

Tyrosur® CareExpert gel za rane podržava prirodni proces cijeljenja površinskih kožnih lezija i zacijeljenih rana u skladu s principom vlažnog cijeljenja rane. Tyrosur® CareExpert gel sadrži hidrogel koji regulira stupanj vlažnosti u rani, uklanja višak izlučevina, a rana ostaje vlažna, što pogoduje procesu zacjeljivanja. Omogućen je ulazak kisika u ranu što ubrzava mehanizme cijeljenja, a potaknuto je i lakše odstranjivanje oštećenih, devitaliziranih stanica.



Hitna stanja koja zahtijevaju hitnu pomoć bez odgode:



- Opekline
- Krvarenje
- Smrzotine
- Prijelomi i iščašenja
- Distorzija vratne kralježnice
- Ozljede kralježnice
- Strana tijela
- Amputacijske ozljede
- Unutarnje krvarenje
- Šok
- Udar struje
- Besvjesno stanje
- Reanimacija
- Pothlađenost
- Otrovanja
- Zmijski ugriz
- Porod
- Srčani udar
- Moždani udar
- Udar groma

Za sva navedena stanja nazovite 112, bez odgode!