



Lékárnička

Na letní cestování je nejlepší turistická lékárnička, kterou je možné si buď již vybavenou koupit, nebo si ji doma vyrobit a přizpůsobit ji tak svým potřebám. Stačí vám k tomu krabička nebo například starý obal od autolékárničky.

Co je potřeba mít v lékárničce:

Pravidelně užívané léky	Ibalgin	Nůžky
Kinedryl	Fenistil gel	Pinzeta
Kapky do nosu	Polštářkové náplasti	Zavírací špendlík
Pastilky proti kašli	Náplasti na puchýře	Krém na opalování
Paralen	Obinadlo	Antihistaminika
Endiaron	Dezinfekce	
Gutalax	Trojčípý šátek	

Někdy ale lékárnička nestačí a proto je třeba znát telefonní číslo na zdravotnickou záchrannou službu (155) nebo umět používat aplikaci Záchranka, kde můžete nejen zavolat pomoc, ale také tam najdete rady, jak se s různými zraněními vypořádat.