

Dónde debe estar?

- En un lugar fresco, seco y fuera del alcance de los niños.
- A ser posible ni en la cocina ni en el cuarto de baño.

¿Qué debe contener?

- Analgésicos para dolor y fiebre: aspirina, paracetamol, ibuprofeno.
- Un termómetro.
- Desinfectantes: yodo, clorhexidina, alcohol, agua oxigenada...
- Material de cura: gasas, esparadrapo, tiritas...
- Pomada para quemaduras.

¿Qué otros medicamentos puede haber?

- La medicación habitual de un enfermo crónico.
- La medicación indicada por un profesional sanitario en un momento determinado.

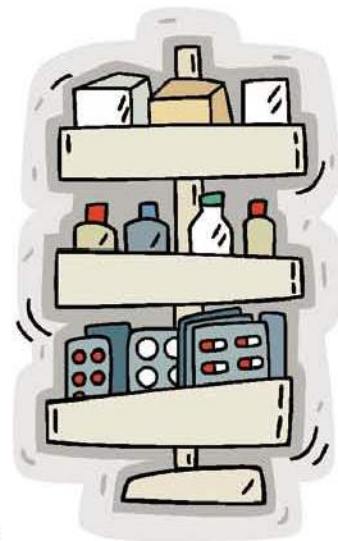
¿Qué debo retirar de mi botiquín?

- Los medicamentos caducados.
- Lo que sobra una vez terminado un tratamiento.
- Los medicamentos que duran poco: colirios, jarabes que hay que preparar, fórmulas elaboradas en farmacia.

RECUERDA:

- Antes de tomar un medicamento, consulta con tu farmacéutico o médico.
- Evita que tu botiquín se convierta en un almacén de medicamentos.
- Al terminar un tratamiento, no guardes lo que sobre.
- Revisa tu botiquín al menos una vez al año.
- No tires a la basura los medicamentos caducados. Llévalos a tu farmacia.
- Guarda siempre el prospecto dentro del envase.
- Ten a mano el teléfono de emergencia: 112.
- Si vas a viajar consulta con tu farmacéutico antes de preparar tu botiquín.

No aconseje ni acepte consejos sobre medicamentos de personas que no sean profesionales sanitarios



(Julia Fdez y Elena Ruiz de Velasco. Farmacéuticas Comarca Bilbao)