

Non gorde behar da?

- Toki fresko eta lehor batean, urmeen eskuetatik urrun.
- Ahal izanez gero, ez sukaldean ez bainugelan.

Zer eduki behar du barruan?

- Minkentzaileak, sukarkontrakoak: aspirina, parasetamol, ibuprofeno.
- Termometro bat.
- Desinfektatzaileak: iodoa, klorhexidina, alkohola, ur oxigenatua...
- Sendatzeko materiala: gazak, esparatrapua, lotura itsaskorrak...
- Erreduretan jartzeko pomada.

Bestelako sendagaiarik sartu beharko dut?

- Gaixo kronikoaren ohiko sendagaiak.
- Osasun-profesionalak une jakin batean agindutako sendagaiak.

Zer atera behar dut botika-kutxatik?

- Iraungita dauden sendagaiak.
- Tratamendua bukatu ondorengo soberakinak.
- Iraupen gutxiko sendagaiak: kolirioak, prestatu behar diren xarabeak, botikan egindako formulak...

GOGORA EZAZU:

- Sendagaiarik hartu baino lehen, galdetu zure botikariari edo sendagileari.
- Ez bilakatu sendagai-biltegi zure botika-kutxa.
- Tratamendua bukatzean, ez gorde soberakinik.
- Aztertu zure botika-kutxa gutxienez urtean behin.
- Ez bota zakarrontzira iraugitako sendagaiarik. Eraman gertuen duzun botikara.
- Gorde beti erabilera-ordria ontziaren barruan.
- Eduki eskumenean larrialdietako telefonoa: 112.
- Bidaiarik egiteko asmorik baduzu, galdetu botikariari botika-kutxa prestatu aurretik.

Ez eman aholkurik eta ez hartu aholkurik botikei buruz osasun-profesionala ez den pertsona batengandik.



(Julia Fdez eta Elena Ruiz de Velasco. Bilboko Eskualdeko botikariak)