

UZUPEŁNIANIE APTECZKI - HOW TO

Pewnie wszedłeś/weszłaś tu, bo ktoś poprosił Ciebie o uzupełnienie apteczki no i pojawiło się pytanie - ale jak to zrobić. Przede wszystkim nie jest to zadanie trudne, ani też bardzo czasochłonne - należy wygospodarować trochę czasu (najlepiej 2x niecała godzina + wyjście do apteki), wziąć się w garść i to załatwić. A poniżej krótka instrukcja jak to zrobić:

1. Ustal gdzie jest apteczka i umów się na jej odbiór. Pamiętaj też, że twoim deadlineem jest termin wyjazdu, przed którym uzupełniasz apteczkę lub inny umówiony termin. jeżeli jest to rajd, na który nie jedziesz pamiętaj, żeby ustalić z organizatorami jak ją dostarczysz. Pamiętaj, że apteczka na wyjeździe to jedna z ważniejszych rzeczy!

2. Pierwsza część twojego zadania to wzięcie apteczki i przejrzanie jej według mapy apteczki oraz spisu leków i innych rzeczy. Tutaj ważne jest kilka rzeczy:

- data ważności - jeżeli tylko o trochę jest przekroczona to lek TRZEBA usunąć z apteczki (pamiętaj, że użytkownicy apteczki w 99% przypadków nie będą sprawdzać daty ważności i po prostu go użyją!)
- stan - nie dotyczy to raczej leków w tabletkach. Jest natomiast ważne w przypadku środków opatrunkowych i maści. Należy wszystko sprawdzić pod względem przydatności do użytku: jeżeli wyjąłowana gaza jest przedarta, jeżeli widać, że rękawiczka została skutecznie przycięta przez suwak lub tubka ma dziurę przez którą wychodzi cały krem - wymień je. Gaz nie warto wyrzucać - przydadzą się kiedyś na zajęcia, ale nie nadają się już do apteczki.
- jeżeli tabletki powylały ze swoich listków najlepiej je usunąć, też w wypadku gdy sreberko z tyłu przedziurawiło się - jest to spowodowane faktem, że niektóre leki nie lubią kontaktu z czymkolwiek innym i mogą nie działać potem jak powinny. Jeżeli któryś lek może mieć tendencje do wypadania to powinien być zaklejony taśmą od tyłu, jeżeli nie jest - uzupełnij to
- jeżeli widzisz, że jakiegoś leku jest bardzo dużo to wyjmij nadmiar i oddaj w osobnej torebce sprzętowcowi lub do magazynku z poinformowaniem odpowiedniej osoby - drużyna nie chce nosić bez sensu za dużo (jeżeli nie wiesz ile czego powinno być to możesz zapytać kogoś kto jest bardziej doświadczony, popatrzeć na poprzedni stan apteczki itp.)

Na koniec części pierwszej obejrzyj jeszcze apteczkę od góry do dołu - jeżeli jest cała umorusana, została zaatakowana przez krem, lub widać, że nie polubiła się z jakimś lekiem, to wyjmij z niej wszystko i upierz ją.

Wszystkie leki i materiały, które wyjmujesz najlepiej sobie zapisać - będziesz je musiał/a kupić w aptece i uzupełnić. Oprócz tego trzeba spisać leki i materiały, których dużo ubyło - najlepiej porównywać z ilością wypisaną na stanie apteczki lub ze zdrowym rozsądkiem (nie potrzebujemy w

roku harcerskim 30 orsalitów, czyli leków na biegunkę, które braliśmy do Hiszpanii w obawie przed bakteriami).

Przed obozami zagranicznymi trzeba również się zorientować czy potrzebne są jakieś specjalne leki oraz pomyśleć, których leków trzeba więcej - pamiętaj, aby o to poprosić komendę wyjazdu.

Od niedawna jest również latarka w apteczce, której baterie trzeba sprawdzić i w razie czego wymienić.

3. Wycieczka do apteki to żaden problem - bierzemy listę i kupujemy. Sprawy pieniędzy załatwiamy z kwatermistrem bądź osobą zlecającą na aktualnie obowiązujących warunkach (najpewniej po prostu zwrot na podstawie faktury). Jeżeli jakiś lek jest na receptę to trzeba poprosić na forum czy ktoś ma możliwość zdobycia recepty.

4. Ostatnią częścią uzupełniania apteczki jest włożenie wszystkich rzeczy do apteczki - przy okazji trzeba stworzyć stan apteczki (dokładnie - co gdzie jest z datami ważności oraz liczbą tabletek) a na końcu na jego podstawie również mapę apteczki (którą trzeba okleić taśmą). Kilka ważnych rzeczy:

- dokładając leki w tabletkach zaklejamy je od tyłu taśmą

- to, co może się łatwo poniszczyć najlepiej włożyć w torebkę strunową, w szczególności maści, które lubią atakować naszą apteczkę

- jeżeli wkładasz jakiś lek to sprawdź w torebce z ulotkami czy jest tam ulotka tego leku - jak nie ma to dołóż

- nie zmieniaj bez powodu miejsc leków - większość członków jakoś już poznało układ apteczki i nie trzeba utrudniać korzystania z niej. Jeśli jednak masz pomysł racjonalizatorski to warto go obgadać w gronie osób zainteresowanych (osoby po kursie pierwszej pomocy lub takie, które wcześniej uzupełniały apteczkę, komenda/sprzętowiec) - naszej apteczce do ideału trochę jeszcze brakuje :P

Na koniec powinienes/naś podpisać się pod stanem apteczki, napisać datę jego stworzenia oraz spakować wszystko, porządnie zapiąć na suwak (to jest WAŻNE - apteczka trafi do magazynku bądź bezpośrednio na rajd i nikt już o tym nie będzie pamiętał! a w domu możesz temu poświęcić chwilę czasu)

O, i to tyle by było!

Nic strasznego! Apteczka nie gryzie :)

Justyna (grudzień 2009)