

RED-MC

Guida pratica per ragazzi all'uso dei farmaci di
AUTOMEDICAZIONE

Il patentino farmaceutico di:

Chiara, Destiny, Ester, Marco, Rubina

Ciao a tutti!

Noi siamo 5 ragazzi della scuola media San Lorenzo di Novara. Ci siamo conosciuti l'anno scorso, quando abbiamo iniziato la scuola. Siamo diventati amici grazie a due passioni che condividevamo e condividiamo tuttora: LA SCIENZA E L'AVVENTURA!!

PERCHE' UN PATENTINO FARMACEUTICO PER ADOLESCENTI?

Diventando adolescenti e poi adulti, è fondamentale imparare a conoscere i farmaci e ad essere più autonomi nell'utilizzo di questi medicinali. Avere consapevolezza sul corretto utilizzo dei farmaci è importantissimo nell'età adolescenziale, perché in questa età iniziamo ad affrontare delle esperienze di vita autonome, magari in assenza di un adulto che ci può consigliare... proprio come è successo a noi e per questo vi racconteremo la nostra avventura!

FARMACI di AUTOMEDICAZIONE



Sono quei farmaci non soggetti a prescrizione medica, quindi che anche noi ragazzi possiamo utilizzare senza ricorrere ad un intervento medico.

E' sempre importante però consultare un adulto prima di assumerli.

Questi medicinali sono contrassegnati da un bollino rosso e, dal 2006, possono essere acquistati, oltre che in farmacia, anche nelle parafarmacie o negli appositi corner presenti all'interno degli esercizi commerciali purché in presenza di un farmacista.

I farmaci di automedicazione comprendono due categorie:

- I SOP (senza obbligo di prescrizione) si possono prendere dietro il consiglio del farmacista
- Gli OTC, (over the counter) possono essere presi autonomamente dallo scaffale della farmacia, parafarmacia o supermercato e possono essere oggetto di pubblicità presso il pubblico.

FARMACI: DOVE LI BUTTO?



Per chi si stesse chiedendo dove buttare i contenitori dei medicinali, noi vi daremo una risposta.



Se il contenitore è in plastica ed è vuoto, buttalo nella plastica.



Se è in alluminio ed è vuoto, buttalo nel bidone con i metalli.



E la scatola della confezione? Beh, quella insieme al foglietto illustrativo va gettata nella carta.



Nel caso fosse pieno o semi pieno il blister e i medicinali non possono essere buttati insieme nella raccolta indifferenziata poiché i medicinali, di qualsiasi genere, possono essere nocivi e velenosi per l'ambiente. E' bene conferirli negli appositi contenitori nelle farmacie oppure vanno portati nell'isola ecologica del proprio comune.

EMERGENZA TIPO PER UN ADOLESCENTE AVVENTUROSO

Una vacanza piena di insidie...

Oggi alle 8:00 in punto, ci siamo incamminati verso il Lago "RED-MC": la nostra meta!

Durante il cammino, Marco si è imbattuto in un grosso sasso che l'ha fatto inciampare facendolo cadere a terra e si è sbucciato un ginocchio!

Cosa deve fare?

Prima deve disinfettare la ferita, in seguito deve cautamente mettere un cerotto per proteggerla e per non farla venire a contatto con lo sporco

Dopo che Marco si è ripreso abbiamo continuato il nostro cammino verso il lago.

FERITE E ABRASIONI: COSA FARE?

Da fare:

- Valutare l'entità del taglio o dell'abrasione e calcolare l'estensione della ferita
- Lavare il taglio con prodotti specifici (acqua ossigenata, soluzione fisiologica sterile...).
- Disinfettare e Tamponare il taglio o l'abrasione.
- Mettere un cerotto che servirà a isolare la ferita da virus o batteri.

Da non fare:

- Non usare cotone idrofilo, poiché lascia nella ferita fibre che facilitano le infezioni e rallentano la guarigione
- Lasciare sempre pulito il taglio.
- Non farlo abbronzare poiché le radiazioni seccano la pelle eliminando quell'umidità necessaria alla ferita per rimarginarsi.
- Non utilizzare l'alcol poiché si rischia di ustionare la ferita e di aumentare il rischio di infezioni.

EMERGENZA TIPO PER UN ADOLESCENTE AVVENTUROSO

...Continua Una vacanza piena di insidie

Dopo che Marco si è ripreso abbiamo continuato il nostro cammino verso il lago. Mentre camminavamo ci siamo imbattuti in uno sciame di zanzare. La sfortunata Ester è stata punta! Che prurito!

Cosa deve fare?

Per diminuire il prurito e il bruciore lasciato da una puntura di zanzara è bene applicare sulla zona interessata uno stick all'ammoniaca.

PUNTURE DI INSETTI, ORTICHE COSA FARE?

L'ammoniaca o triidruro di azoto

è un composto dell'azoto con formula chimica NH_3 . Si presenta come un gas incolore, tossico, dall'odore pungente caratteristico.

È molto solubile in acqua a cui conferisce una netta basicità.

L'ammoniaca è ampiamente utilizzata in varie sfere della vita umana.

Nonostante l'uso diffuso, l'ammoniaca è pericolosa per la salute umana. I vapori di ammoniaca stimolano in modo riflesso il sistema nervoso centrale.

Per le punture d'insetto si consiglia l'uso dell'idrossido di ammonio (ammoniaca diluita in acqua) sotto forma di lozioni.



EMERGENZA TIPO PER UN ADOLESCENTE AVVENTUROSO

...Continua Una vacanza piena di insidie

Finita la medicazione abbiamo proseguito il percorso. Una radice ha fatto inciampare Chiara, che ha picchiato il ginocchio a terra. Faceva davvero male! Dopo qualche minuto il ginocchio ha iniziato a gonfiarsi ed è apparso un grosso ematoma sulla pelle di Chiara!

Cosa deve fare?

Per abbassare il gonfiore è bene applicare una borsa del ghiaccio e per diminuire il dolore bisogna stendere sulla pelle uno strato di crema all'arnica e, se il dolore è molto intenso, assumere un antidolorifico come l' **Ibuprofene**



EMATOMI e CONTUSIONI COSA FARE?

Ghiaccio Istantaneo:

Viene utilizzato per ottenere l'effetto di vasocostrizione dato dal freddo che riduce l'infiammazione locale.

All'interno della busta del Ghiaccio istantaneo sono presenti alcuni grammi di Nitrato di ammonio (NH_4NO_3) e una sacca interna detta vescica contenente acqua.

Schiacciando con forza la busta la sacca interna si rompe e l'acqua ed il nitrato di ammonio vengono in contatto.

A causa del processo fortemente endotermico che si ha nella solubilizzazione in acqua del sale si ha un forte riassorbimento di calore che dona refrigerio alle parti a contatto con essa.

EMATOMI e CONTUSIONI

COSA FARE

Crema all'Arnica:

L'Arnica montana è una pianta erbacea della famiglia delle Composite che cresce nelle regioni alpine e prealpine. I fiori, gialli e a forma di margherita sono la parte utilizzata in fitoterapia e in erboristeria. E' detta "panacea dei caduti" (panacea lapsorum), perché ha la capacità di dare sollievo dal dolore con il suo effetto antinfiammatorio e di favorire la guarigione dai più diversi infortuni, dai lividi alle distorsioni.

I principi attivi contenuti nell'arnica (flavonoidi, triterpeni, lattoni sesquiterpenici come l'elenalina e olio essenziale) le conferiscono proprietà antinfiammatorie, antimicrobiche, antidolorifiche e stimolanti la circolazione.

Se l'ematoma crea dolore:

Utilizzare L'**IBUPROFENE**, farmaco appartenente alla classe dei FANS, dotato di proprietà analgesiche e antiinfiammatorie di discreta potenza.



EMERGENZA TIPO PER UN ADOLESCENTE AVVENTUROSO

...Continua Una vacanza piena di insidie

Siccome Chiara faceva fatica a camminare per il dolore abbiamo deciso di sederci al sole per aspettare che lei si riprendesse dalla botta presa. Ci siamo seduti a terra e poco dopo... ops! Rubina si è addormentata! Era stanca e quindi l'abbiamo fatta dormire per circa un'ora. Quando si è svegliata sentiva tanto bruciore alle braccia che erano scoperte e... si era **scottata**! Infatti il sole era quello di mezzogiorno e picchiava forte e lei non aveva messo la crema solare!

Cosa deve fare?

Per curare una scottatura solare bisogna applicare una crema emolliente doposole

Bruceranno un pochino, ma guariranno in pochi giorni!

Certamente Rubina non dimenticherà più di applicare la crema solare con alto fattore di protezione!

EMERGENZA TIPO PER UN ADOLESCENTE AVVENTUROSO

...Continua Una vacanza piena di insidie

Dato che Rubina e Chiara erano doloranti abbiamo deciso di tornare a casa per riposarci e continuare il cammino verso il lago il giorno successivo. Quando il giorno dopo ci svegliammo Destiny non si sentiva bene: abbiamo misurato la sua temperatura corporea ed era alta! Aveva la **febbre**! Probabilmente ha preso un colpo di freddo che l'ha fatto ammalare

Cosa deve fare?

Per guarire la febbre bisogna utilizzare del semplice paracetamolo, restare a riposo mantenendosi ben idratati.

FEBBRE – COSA FARE?

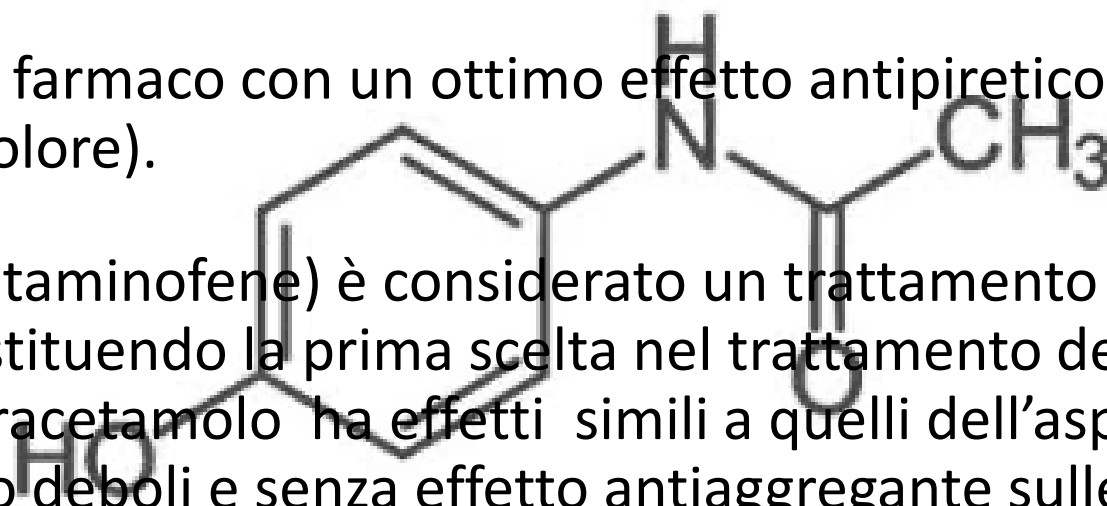
Destiny ha la febbre! Non si sente per niente bene e ha bisogno di prendere qualcosa, cosa può assumere?

Il **paracetamolo**, è un farmaco con un ottimo effetto antipiretico (abbassa la febbre) e analgesico (riduce il dolore).

Il paracetamolo (o acetaminofene) è considerato un trattamento di primo livello nella terapia del dolore, costituendo la prima scelta nel trattamento del dolore cronico. Il principio attivo è il paracetamolo ha effetti simili a quelli dell'aspirina, ma con effetti antinfiammatori molto deboli e senza effetto antiaggregante sulle piastrine.

IL PARACETAMOLO con dosaggio non superiore ai 500 mg è considerata un farmaco SOP.

Nel caso del paracetamolo da 1000 mg occorre invece la ricetta medica.



EMERGENZA TIPO PER UN ADOLESCENTE AVVENTUROSO

...Continua Una vacanza piena di insidie

Destiny non era l'unico a stare male però: a Marco faceva male una caviglia, probabilmente a causa della caduta del giorno prima.

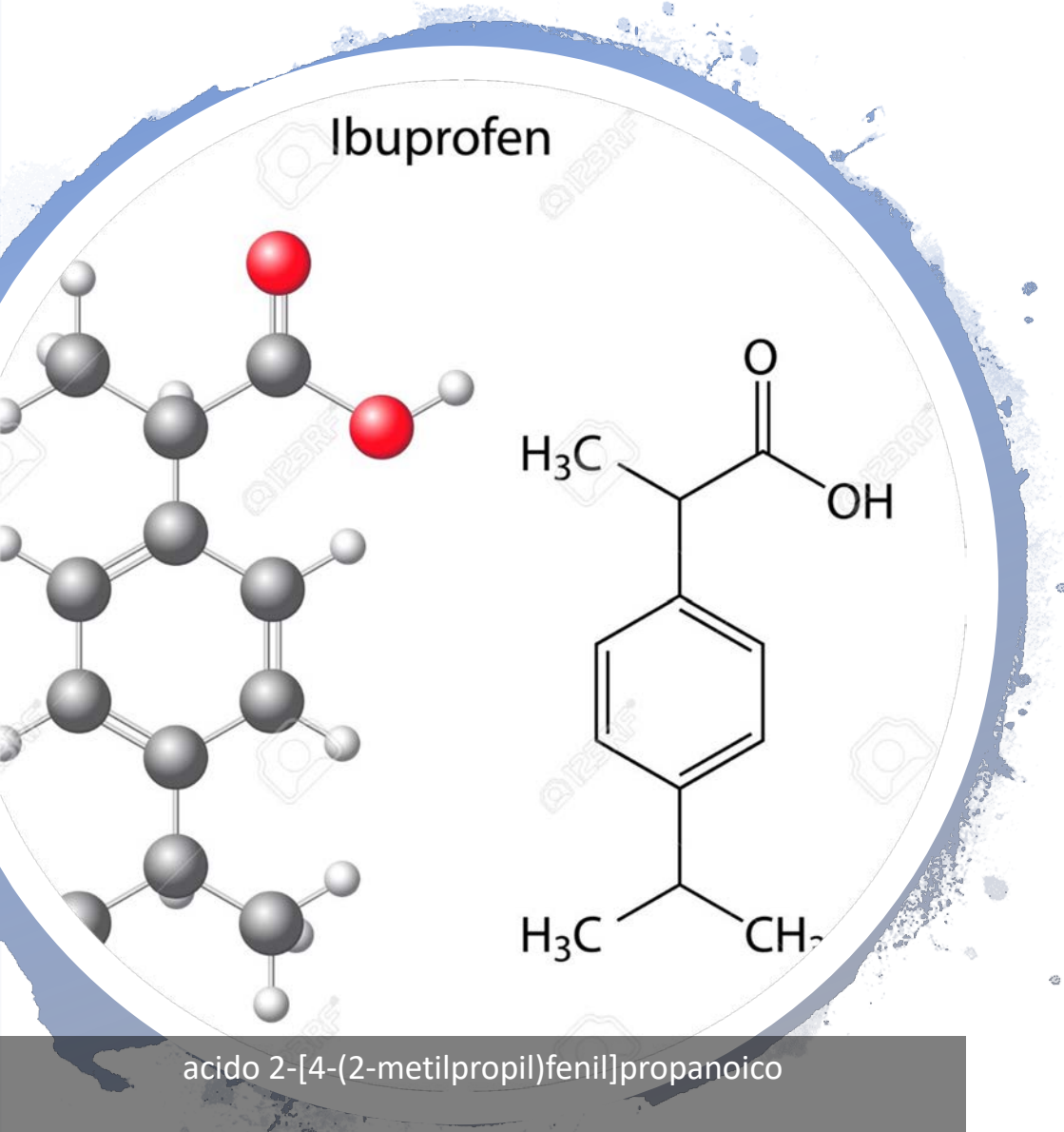
Cosa deve fare?

Se non si vuole mettere una pomata specifica per diminuire il dolore si può assumere anche una giusta dose di ibuprofene che ti farà sentire meglio! Quest'ultimo è il migliore per noi ragazzi!

Dato che metà di noi stava male, abbiamo deciso di continuare il nostro viaggio per il lago "RED-MC" quando tutti sarebbero stati meglio!

DOLORE

COSA FARE?



Utilizzare L'**IBUPROFENE**, farmaco appartenente alla classe dei FANS, dotato di proprietà analgesiche e antiinfiammatorie di discreta potenza.

E' dotato di spiccata attività antipiretica. Chimicamente è il capostipite dei derivati fenil-propionici. L'attività analgesica è di tipo non narcotico. Ibuprofene è un potente inibitore della sintesi prostaglandinica ed esercita la sua attività inibendone la sintesi perifericamente.

Gli effetti collaterali sono quelli comuni ai FANS, ma meno frequenti rispetto ad altri.

ACIDO ACETIL SALICILICO: non deve essere usato nei bambini e negli adolescenti, perché fa aumentare il rischio di sindrome di Reye, che è una malattia grave caratterizzata da encefalopatia acuta e da steatosi epatica.

Sapresti sopravvivere in caso di emergenza?

Un QUIZ per conferire il patentino farmaceutico per adolescenti

1 - Mi trovo in farmacia, ho bisogno di un medicinale di automedicazione, come lo distinguo dagli altri?

- A. grazie alla scritta "farmaci di automedicazione"
- B. con un bollino rosso
- C. con un bollino blu

2 - I farmaci sono suddivisi in:

- A. ALT e OTC
- B. CTL e SOP
- C. SOP e OTC

3- Per l'assunzione corretta dei farmaci è consigliato superare le dosi?

- A. assolutamente no!!!
- B. certamente!!!
- C. dipende dai casi



Sapresti sopravvivere in caso di emergenza?

Un QUIZ per conferire il patentino farmaceutico per adolescenti

4 - La tachipirina è un farmaco antipiretico?

- A. No, è solo un analgesico
- B. Sì, ovvio, abbassa la febbre!
- C. E' assolutamente un LASSATIVO

5 - Mi sono ferito, cosa devo fare per disinfettarmi?

- A. Abbronzare la ferita, la crosta verrà prima
- B. Usare del cotone idrofilo, è comodo
- C. la pulisco con la garza e ci metto un cerotto

6 - Mi sono scottato, cosa devo usare?

- A. Crema al cortisone o crema dopo sole
- B. Crema all'arnica e un po' d'acqua e tutto passa
- C. Ma niente... è solo una lieve scottatura

IL PATENTINO FARMACEUTICO DELL'ADOLESCENTE

RISPOSTE
ESATTE

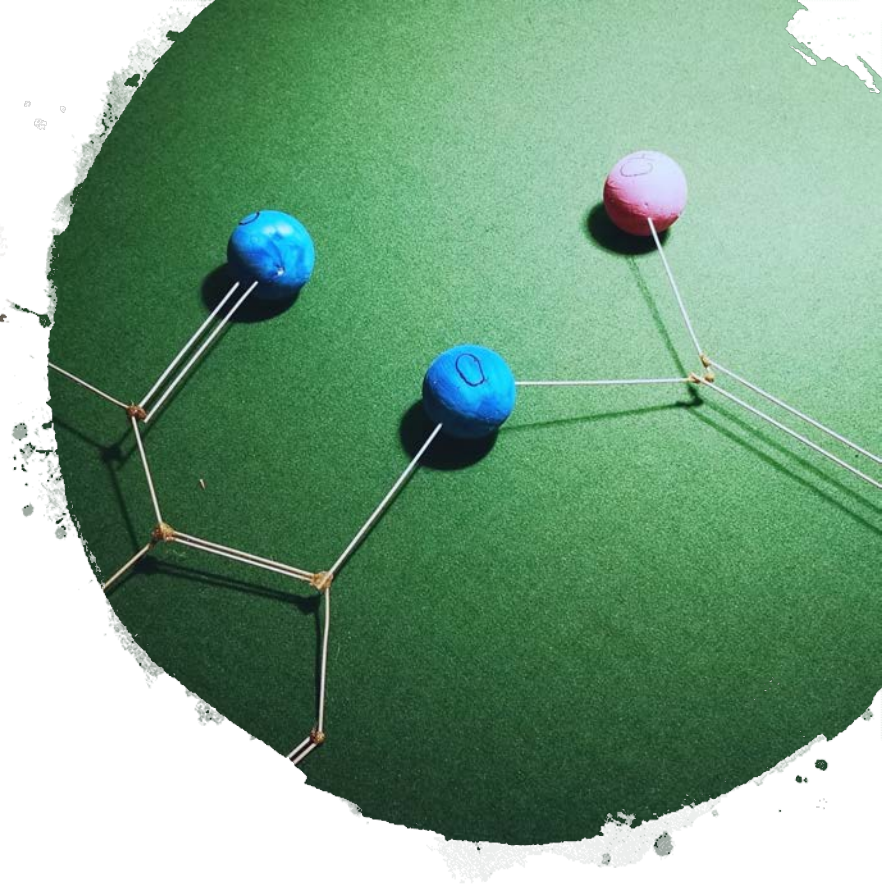
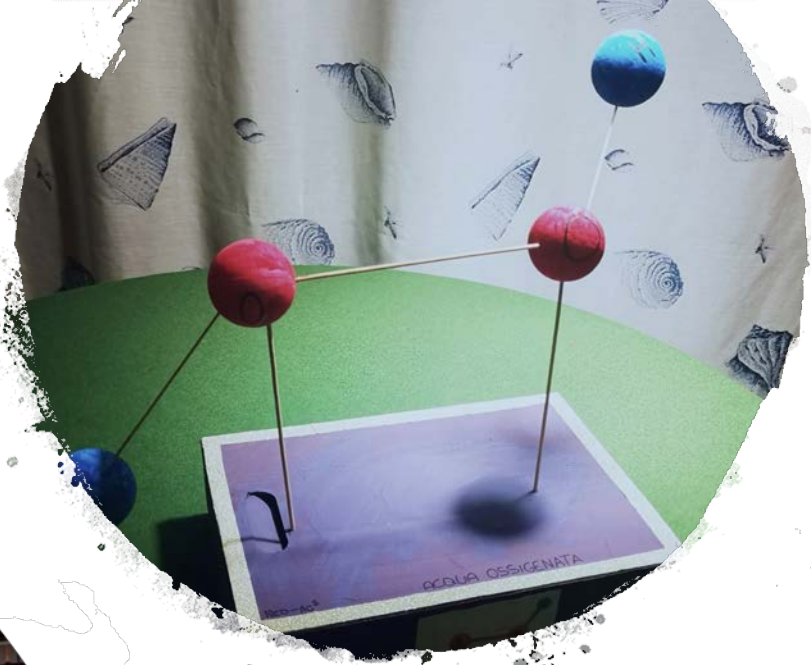
1 A	4 B
2 C	5 C
3 A	6 A

**SE HAI RISPOSTO CORRETTAMENTE SEI
PATENTATO
CONGRATULAZIONI !!!!!!!!!!!**

SITOGRAFIA

Ecco i siti Web da cui abbiamo preso informazioni:

Assosalute | [Semplicemente salute](#) | [Dove e come mi curo](#) | [Angelini Pharma](#) | [Trekking](#) | [My personal trainer](#) |
[Wikipedia](#) | [Wired](#) | Pianeta delle idee | [Zenitiva](#) | [Scuole.federchimica](#) | [Star bene](#) | [corofarsalute](#)



GRAZIE!!!