

## Suggerimenti per la farmacia domestica

Sintomi	Sostanza attiva* o medicamento	Dosaggio adulti (dai 12 anni)	Dosaggio bambini (da 6 a 12 anni)	Data di scadenza
Mal di testa, mal di gola e dolori articolari	<b>Paracetamolo</b> oppure	4 x 1-2 pastiglie da 500 mg nell'arco di 24 ore	4 x 1 pastiglia da 500 mg nell'arco di 24 ore	
	<b>acido acetilsalicilico</b>	3 x 1-2 pastiglie da 500 mg nell'arco di 24 ore		
Dolori alla schiena, alle articolazioni e ai muscoli	<b>Ibuprofene</b> oppure	3-4 x 1 pastiglia da 400mg nell'arco di 24 ore	20 mg per kg di peso corporeo, in più somministrazioni nell'arco di 24 ore 0,5-2 mg per kg in 2-3 somministrazioni nell'arco di 24 ore	
	<b>diclofenac</b>	3 x 1 pastiglia da 50 mg nell'arco di 24 ore		
Febbre/influenza	<b>Paracetamolo</b> oppure	4 x 1-2 pastiglie da 500 mg nell'arco di 24 ore	4 x 1 pastiglia da 500 mg nell'arco di 24 ore	
	<b>acido acetilsalicilico</b>	3 x 1-2 pastiglie da 500 mg nell'arco di 24 ore		
Dolori al ventre	<b>Paracetamolo</b>	4 x 1-2 pastiglie da 500 mg nell'arco di 24 ore	4 x 1 pastiglia da 500 mg nell'arco di 24 ore	
Nausea/vomito / chinetosi (1 ora prima della partenza)	Itinerol B6	1-2 supposte nell'arco di 24 ore	1 supposta per bambini nell'arco di 24 ore	
Diarrea (bere molto)	<b>Loperamide</b> oppure	Dose iniziale: 2 capsule, quindi dopo ogni evacuazione liquida 1 ulteriore capsula; al massimo 8 capsule nell'arco di 24 ore	Dose iniziale: 1 capsula, quindi dopo ogni evacuazione liquida 1 ulteriore capsula; al massimo 3 capsule nell'arco di 24 ore e 20 kg di peso corporeo	
	soluzione elettrolitica			
Costipazione (bere molto, muoversi molto)	Sciroppo Duphalac	15-45 ml ogni 24 ore (dose iniziale)	15 ml ogni 24 ore (dose iniziale)	
Raffreddore	Spray nasale decongestionante ad es. Rinosedin 0,1%	3-4 x spruzzi al giorno in ogni narice	3-4 x spruzzi al giorno in ogni narice	
Tosse	Gocce contro la tosse ad es. Bronchosan gocce	3-5 x 20 gocce nell'arco di 24 ore	3-5 x 5 gocce nell'arco di 24 ore	
Mal di gola	Pastiglie da succhiare ad es. Angina MCC	1 pastiglia ogni 1-3 ore	1 pastiglia ogni 1-3 ore	
Infiammazione/irritazione degli occhi (non di origine batterica)	Collirio ad es. gocce oftalmiche Visine	1-2 gocce 2-3 volte nell'arco di 24 ore	Lavare gli occhi con soluzione di sale da cucina	
Allergie/prurito	<b>Cetirizini dihydrochloridum</b> oppure Fenistil gel a livello locale	1 pastiglia ogni 24 ore più volte al giorno	2 x 5 pastiglia nell'arco di 24 ore più volte al giorno	
Escoriazioni/ferite	Soluzione disinfettante (tintura di <b>iodio</b> ) o pomata per le ferite (Betadine, Vita Hexin)			
Ustioni	Pomata per le ferite antisettica ad es. Flammazine	1 volta al giorno	1 volta al giorno	
Slogature/contusioni	<b>Diclofenac</b> (gel)	3-4 volte al giorno	2 volte al giorno	

### Numeri di telefono importanti

Ambulanza	144	Medico di famiglia	_____
Polizia	117	Pediatra	_____
Pompieri	118	Medico di pronto soccorso	_____
Rega	1414	Farmacia più vicina	_____
Centro tossicologico	145	Ospedale più vicino	_____

\* Laddove vi sono farmaci generici è indicata solo la **sostanza attiva**.