

Come salvarsi in “paradiso”

Forse non tutti sanno, e chi lo sa di solito ne ha fatto le spese, che i viaggi negli stupendi paradisi tropicali e sub-tropicali possono riservare degli spiacevoli inconvenienti dal punto di vista medico.

Il più delle volte si tratta di piccoli disturbi che pur non rivestendo un carattere di gravità, sono in grado di rovinare la tanto sognata e profumatamente pagata vacanza.

Si va dalla semplice scottatura da sole, alle punture di insetti ai dolori intestinali e (come direbbe Antonio) quant'altro. Così essendo incappato anch'io in questi inconvenienti, mi sono deciso a procurarmi da un parente medico, un piccolo prontuario di farmaci che utilizzo come lista della spesa delle cose che non possono mancare nella mia valigia prima di partire.

Ve lo metto volentieri a disposizione con la consapevolezza che probabilmente non prevede tutte le casistiche.

Quello che è certo è che, almeno in alcuni casi, la vostra vacanza in “paradiso” e di conseguenza le vostre immersioni saranno salve.

FARMACI e PRODOTTI DI PREVENZIONE E PROTEZIONE (per viaggi in paesi tropicali e sub-tropicali)

BIMIXIN – Disinfettante intestinale (antibiotico)

Prevenzione: 1 pastiglia al mattino; a tre ore di distanza assumere una fiala di Enterogermina.

Cura: da 3 a 5 pastiglie al giorno, fino a che le feci non ritornino normali sia come consistenza che come colore.

Dose iniziale cura: 1 compressa 5 volte al giorno.

Dose a miglioramento e fino a scomparsa dei sintomi: 1 compressa 3 volte al giorno

Associare a Buscopan (se esistono dolori) e a Imodium (antidiarrotico).

In caso di nausea e vomito, associare anche Plasil.

NORMIX – Disinfettante intestinale ad effetto più marcato

Da assumersi in caso d'infezione batterica nonostante l'uso di Bimixin quale prevenzione.

Inizialmente 1 pastiglia ogni 6 ore; a miglioramento 1 pastiglia ogni 12 ore.

Da assumersi assieme a Plasil (in caso di nausea o vomito), Buscopan (in caso di dolori) e a Imodium (in caso di diarrea).

Dopo 3 ore dall'assunzione, 1 fiala di Enterogermina.

ENTEROGERMINA – Reintegra la flora batterica intestinale; in caso di assunzione preventiva di Bimixin, 1 fiala al giorno dopo 3 ore dall'assunzione stessa; in caso di cura con Bimixin, Rokital, Normix o Ceporex 1, più fiale al giorno a seconda della quantità di antibiotici necessari per la cura.

BUSCOPAN – Dolori intestinali

Associato a Bimixin o Normix (disinfettanti intestinali – antibiotici), a Imodium (antidiarrotico) e a Plasil (in caso di nausea e vomito).

Dose d'urto (da ripetere in caso di dolori persistenti): 2 compresse insieme.

Dose a miglioramento: 1 compressa.

IMODIUM – Antidiarrotico

Da associare a Bimixin o Normix (antibiotici), Buscopan (in caso di dolori) e Plasil (in caso di nausea e vomito).

Dosi: 1 compressa ogni scarica, sino a 4 compresse al giorno.

PLASIL – Compresse in caso di nausea e vomito.

Da associare a Bimixin o Normix (antibiotici) e Imodium (in caso di diarrea) e Buscopan (in caso di dolori).

Dose sino a guarigione: 1 pastiglia 2 volte al giorno.

In caso di forte nausea, 2 pastiglie come dose d'urto.

AULIN – E' il farmaco “universale” del viaggiatore. Antipiretico, antinfiammatorio, antidolorifico, utile contro mal di testa, raffreddore, mal di denti, influenza ecc.

In caso di febbre è preferibile la Novalgina in quanto non influisce sulla pressione arteriosa.

Dose: fino a 3 pastiglie al giorno, a stomaco pieno.

NOVALGINA – Contro febbre causata da colpi di calore, mal di testa ecc.

Abbassa la pressione.

Dose: 20, 25, 30 gocce per 2 o 3 volte al giorno, a seconda della tolleranza individuale.

Da usare solo quando si ha bisogno di un effetto rapido; altrimenti Aulin.

BACTRIM FORTE – Antibiotico per infezioni dell'apparato respiratorio: influenza, bronchite, polmonite; infezioni renali e delle vie urinarie.

Dose: 1 pastiglia ogni 12 ore per 5 giorni (minimo), 1 al mattino e 1 alla sera dopo i pasti. Da associare ad Aulin.

CEPOREX 1 – Antibiotico per infezioni dentarie. Può essere usato anche per infezioni dell'apparato respiratorio, urinario e otorinolaringoiatrico nonché per infezioni da ferite.

Dose: 1 pastiglia ogni 12 ore per 4 giorni.

IODOSAN – Spray contro il mal di gola (in particolar modo da aria condizionata).**VICK-SINEX** – Spray contro il naso chiuso.**DIGESTIVO ANTONETTO** – Pesantezza di stomaco, indigestione.**MAALOX** – Antiacido.

Dose: 1 o 2 compresse per 4 volte al giorno. Da 20 a 60 minuti dopo i pasti principali e prima di coricarsi. Le compresse vanno ben masticate o succhiate.

BENTELAN FIALE – Iniezioni per emergenze da shock, attacchi allergici, emorragie, morsi di serpenti ecc. in attesa di soccorsi medici.

SIRINGHE – Per fiale di Bentelan.

VOLTAREN – Analgesico

Dose: massimo 100 milligrammi al giorno, dopo un pasto. Solo per adulti. All' inizio dell'assunzione possono comparire nausea, vomito, diarrea, flatulenza che scompaiono in breve tempo.

TAVOR – Insonnia.

CEROTTI, BENDE ELASTICHE, CICATRENE POLVERE, AUREOMICINA POMATA.

AMUCHINA- Disinfettante

Pura: disinfezione, pronto soccorso.

CREMA PROTETTIVA RAGGI SOLARI – (per viso e labbra; filtro 8 o più).

LOZIONE DOPOSOLE IDRATANTE.

CALMOGEL – Pomata contro le scottature da sole.

POLARAMIN – Pomata contro l'eritema solare e le punture d'insetti.

REPELENTE PER INSETTI.

CLARITYN COMPRESSE – Antistaminico

Prurito, allergie, punture di insetti.

Dose: 1 compressa al giorno.

VOLTAREN EMUGEL – Stati dolorosi di natura reumatica o traumatica delle articolazioni, dei muscoli, dei tendini, dei legamenti.

LOCALYN OTO – Gocce per il mal d'orecchie.

ERGOVIS – Integratore salifico. Per climi molto caldi, per combattere l'effetto della sudorazione.

Dose: 3 pastiglie al giorno.

Auguro a tutti.....BUON VIAGGIO

Daniele Anselmi