

# ПРАВИЛА ДОМАШНЕЙ АПТЕЧКИ

**Вряд ли есть хоть одна семья, у которой «в закромах» не найдется минимального ассортимента медикаментов (от йода и таблеток от головной боли до растворов для инъекций), а также целебных трав и сборов. И в каждом доме свои традиции их хранения. А все ли из них достаточно надежны? Ведь наше здоровье зависит не только от самого лекарственного средства, но и от его сохранности. Давайте разбираться.**

## ИНСТРУКЦИЯ – ПЕРЕД ВСЕМ

Все медикаменты по форме делятся на:

- ✓ таблетки и пилюли (твердая лекарственная форма);
- ✓ капсулы (препарат содержится в твердой или мягкой желатиновой оболочке);
- ✓ мази (мягкая лекарственная форма);
- ✓ настойки, экстракты, микстуры, растворы и другие жидкости для инъекций, внутреннего и наружного применения (ампульная и флаконная форма);
- ✓ лиофилизаты (твердая лекарственная форма в виде порошка или пористой массы, полученная способом мягкой сушки – лиофилизации жидких или мягких лекарств);
- ✓ высушенные растения (травы, корни, цветы).

Кроме того, лекарства отличаются по степени доступности. Есть препараты, которые должны храниться под замком и использоваться строго по разрешению (наркотики и вещества, которые могут вызывать отравления), и общедоступные средства, используемые в повседневной практике – к ним относится большинство известных нам медикаментов.

К каждому лекарственному препарату производитель обязательно прикладывает инструкцию, в которой перечисляются правила хранения. Если о них забывать или намеренно не соблюдать, лекарство может намного раньше положенного срока утратить свои потребительские качества, то есть перестать действовать. В лучшем случае. В худшем – может нанести вред здоровью.

## ТЕПЛО ИЛИ ХОЛОД?

Первое, на что нужно обращать внимание, – температурный режим хранения.

Если это таблетированные препараты и капсулы (а также многие мази), то, как правило, в инструкции к ним и/или на упаковке указано, что хранить их необходимо в темном сухом месте при температуре не выше 25 градусов. Это значит, что производитель на основании проведенных исследований и испытаний средства дает гарантию, что при таком режиме препарат будет выполнять свое назначение (лечить). В случае кратковременных подъемов температуры окружающей среды выше 25 градусов с этими лекарствами ничего

страшного не произойдет, особенно если они находятся подальше от солнечного света и источников влаги. Самое главное – не хранить их в холодильнике! Дело в том, что там они будут часто подвергаться перепадам температуры при открывании дверцы, а это достаточно серьезное нарушение режима хранения. К тому же влажность в холодильнике повышенная, так что все это может привести к порче данных медикаментов.

Если на коробочке или в инструкции указан температурный режим +8-15 градусов (например, у мазей на основе вазелина), речь, конечно же, идет о хранении в холодильнике – либо на дверце, где заданная температура обычно и бывает, либо на верхней полке, где она колеблется от +2 до +8. В холодильнике в обязательном порядке должны находиться лекарственные вещества в ампулах и флаконах (инсулин, эритропоэтин, интерферон, лекарства, обладающие противовирусной активностью, и другие).

Хочу напомнить, что, прежде чем отправлять лекарства в холодильник, их нужно сложить в коробочку и подписать («ЛЕКАРСТВА», «МЕДИКАМЕНТЫ») так, чтобы подпись была хорошо заметна. Отдельный контейнер необходим для предотвращения взаимного влияния лекарств и продуктов питания. Если рядом с медикаментами лежит кусок мяса или колбасы, он может пропитаться ими (произойдет

диффузия), что приведет к изменению вкуса продукта или даже пищевому отравлению. Лекарства тоже могут часть запахов перетянуть на себя, особенно, если они начаты к использованию или имеют нарушенную упаковку (поврежденный блистер у таблеток, тубик у мазей и прочее). Поэтому и нужно либо выделять в холодильнике целую полку только для лекарств, либо обязательно упаковывать их в плотно закрывающуюся тару!

Спиртосодержащие флаконы можно держать вне холодильника, но в темном и сухом месте. Лекарственные травы хранятся в плотно закрытых стеклянных банках с обязательным указанием срока годности (особенно если они были открыты и начаты).

## НИЧТО НЕ ВЕЧНО

Обращать внимание на срок годности лекарств нужно обязательно, тем более при наличии у кого-то в семье хронических состояний и заболеваний – чтобы вовремя пополнить запас в аптеке и избавиться от просроченных препаратов.

Чтобы не пропустить момент, можно поступать следующим образом. За месяц до истечения срока годности лекарств положить их в отдельную от других средств тару и подписать ее «КАРАНТИН», тем самым заострив внимание всех домашних на том, что эти упаковки нужно употребить в первую очередь. Или вовремя утилизировать.

А утилизировать необходимо все просроченные лекарства! Самый простой способ: высыпать или выдавить все таблетки из упаковки в герметичный пакет, плотно его завязать и выбросить, как обычный мусор. Способ, конечно, небезвредный, но, по крайней мере, минимизирующий проникновение химических лекарственных веществ в почву. Другой вариант – сжечь просроченные препараты, если такая возможность имеется. И третий, наиболее безвредный для всех – сдать их в прием бытовых химических отходов, тем более что такие хранилища есть практически в каждом городе.

Но самое лучшее – не допускать утилизации, запасаясь лекарствами по необходимости, а не впрок, и придерживаясь их дозировки и режима хранения.

#### ЧИТАЕМ МЕЖДУ СТРОК

На первичной упаковке (коробке) всегда указывается номер партии и

срок годности лекарства (надпись «годен до...» либо «использовать до...»). Как правило, это выдавленные на поверхности цифры и буквы. Рассмотреть их поможет лупа, но, если ее под рукой нет, можно взять простой карандаш и заштриховать зону, где эти буквы и цифры стоят, – тогда можно легко прочитать и принять решение о сроке хранения.

Таблетки, обнаруженные в коробке отдельно от блистера, лучше утилизировать. Во-первых, неизвестно, сколько они так пролежали, во-вторых, многие таблетированные и капсульные препараты внешне очень похожи друг на друга, и неизвестно, какой эффект можно получить от приема «раздетой» пилюли – а вдруг она случайно попала сюда из другой упаковки! Все лекарства, сроки годности которых невозможно выяснить, также должны подвергаться безжалостной утилизации.

Что делать, если первичная упаковка выброшена или потеряна? Это поправимо – производители всегда указывают срок годности (месяц и год) не только на ней, но также и на блистерах таблеток, в конце тубиков и на стекле ампул. Золотое правило: если ампула не подписана и на ней нет срока годности или даты производства, она подлежит утилизации!

Препарат, который подозрительно выглядит (раскрошившаяся, поменявшая цвет или набухшая таблетка, микстура с нехарактерным запахом и/или осадком, помутневший раствор и так далее), больше не является лечебным средством, так как лекарственная составляющая в нем, скорее всего, уже разрушена. Такое лекарство может стать для организма ядом!

Покупая препарат в аптеке, нужно помнить, что первичная упаковка (коробка) помогает установить, насколько правильно оно там хра-

нилось. Если лекарство предлагается в помятой коробке, это повод отказать от него прямо у прилавка и попросить целую упаковку, так как есть вероятность, что содержимое деформированной коробки может быть испорчено (даже если на первый взгляд внутри нее все хорошо просматривается и кажется целым). Например, может оказаться, что фольга на блистере или флаконе немного отошла и внутрь попал воздух, а он, как известно, содержит пагубную для таблеток влагу. Если лекарство в аптеке должно храниться в холодильнике, то упаковка при покупке должна быть холодной и немного влажной (из-за разницы температур), а если она теплая, значит, был нарушен режим хранения, и неизвестно, как поведет себя такое лекарство.

**Андрей КОНДРАХИН,**  
врач-клинический  
фармаколог,  
кандидат  
медицинских наук.

#### Иск

Хочу хоть что-то узнать о моем отце, Павле Михайловиче Носкове, 1916 года рождения. Родился он в селе Микулино Лотошинского района Московской области. На фронт был призван в 1942 году из Калининской области. Пропал без вести в июле 1944 года.

Точно знаю, папа служил в десантных войсках. Мама ездила к нему в город Тейково Ивановской области: у отца болели ноги, и она возила мазь, которой он лечился до войны. Папа нам присылал фото с медалью «За боевые заслуги». В последнем письме (не помню год) писал маме: «Летим на Северный Кавказ. Поцелуй за меня деток».

Я обращалась в Центральный архив Министерства обороны в

Подольске, мои дети, внуки тоже занимались поисками, но безрезультатно. Одна надежда на зожевцев, ведь находят люди имена на обелисках, места захоронений. Может, и мне повезет.

**Адрес: Ореховой Раисе Павловне, 353684 Краснодарский край, г. Ейск, ул. Ясенская, д. 119.**

Мы который год ищем место, где покоится наш отец. Мама все ждала его с войны. Мы ей похоронку не показывали. Я лично 16 писем отправила в тот поселок Башмаково, который был указан в похоронке. Из Орловской области написали, что часть земель перешла после войны в Брянскую область. А там

ответили, что такого поселка нет. Писала и в библиотеки, и в военкоматы, и в архивы. Так и не дождалась вестей.

Мне много лет. Помогите, милые мои зожевцы, найти место захоронения моего отца. Может, где на обелиске есть его фамилия: Константин Никифорович Ставер, 1907 года рождения, уроженец деревни Морговицы Борисовского уезда Минской губернии. Проживал в селе Соколовка Нижнеингашского района Красноярского края. Призывался Нижнеингашским РВК.

**Адрес: Романенко Софье Константиновне, 660037 г. Красноярск, ул. Коломенская, д. 17, кв. 71.**