



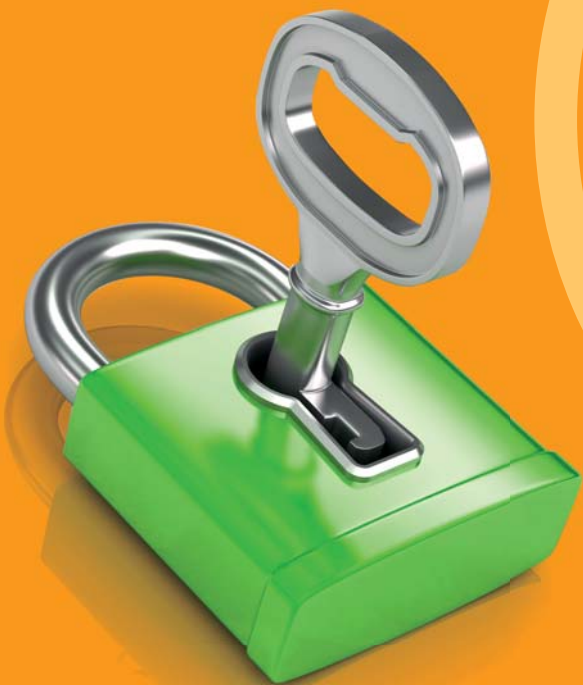
Lääkekaappi kuntoon



Suomen Apteekkariliitto
2010

Säilytä lääkkeet oikein

Lääkkeet on hyvä säilyttää lukittavassa lääkekaapissa, jotta lapset eivät pääse niihin käsiksi. Kaappi suojaa lääkkeitä myös valolta. Lääkkeet ovat arkoja kosteudelle. Siksi lääkekaappia ei pidä sijoittaa kosteaan tilaan, kuten kylpyhuoneeseen. Lääkkeet kannattaa säilyttää alkuperäisessä pakkauksessaan aina, kun se on mahdollista. Pakkaus suojaa lääkettä, ja siitä löytyy myös tarpeellista tietoa, kuten käyttöohje ja kesto aika.



Kullekin lääkkeelle sopivasta säilytyslämpötilasta löytyy tieto pakkauksesta. Tätä ohjetta on syytä noudattaa, jotta lääke säilyy käyttökelpoisena pakkaukseen merkityn kestoajan loppuun. Kannattaa huomioida, että joillakin lääkkeillä on erilainen säilytyslämpötila avatulle ja avaamattomalle pakkaukselle.

Sopivan säilytyslämpötilan voi varmistaa lämpömittarilla.

Älä säilytä lääkettä liian kuumassa, äläkä päästä sitä jäätymään.

Lääkkeiden säilytyslämpötilat

| | | |
|------------|--------------|---|
| +15–+25 °C | Huoneenlämpö | Tavallisin lääkkeiden säilytyslämpötila |
| +8–+15 °C | Viileä | Esim. jääkaapin ylähylly |
| +2–+8 °C | Kylmä | Esim. jääkaapin alahylly |

Väärin säilytetty lääke voi menettää tehoaan tai tulla haitalliseksi käyttäjälle.



Tarkista käyttökelpoisuus säännöllisesti

Lääkekaapin sisältö on hyvä käydä läpi säännöllisesti pari kertaa vuodessa. Tarkistuksen yhteydessä on helppo huomata, mikäli lääkekaappi kaipaa täydennystä. Samalla on hyvä käydä läpi lääkkeiden kestoajat. Vanhentunutta lääkettä ei saa käyttää, sillä kestoajan umpeutumisen jälkeen lääkkeen tehosta ja/tai turvallisuudesta ei ole varmuutta.

Kodin lääkekaapista olisi hyvä löytyä tarpeen vaatiessa ainakin seuraavia lääkkeitä ja tarvikkeita:

Kodin lääkekaappi

- särky- ja kuumelääke sekä lapsille että aikuisille
- hiilijauhe myrkytyksiin
- antihistamiini
- hydrokortisonivoide
- ripulilääke
- ummetuslääke
- närästyslääke
- joditabletit
- kuumemittari
- sidetarpeita
- laastaria
- haavanpuhdistusneste
- pinsetit
- kertakäyttöinen kylmäpakkaus



Lääkkeiden kestoajojen merkintätapa

| | |
|---|--|
| Käyt. viim. 2012-10 2012-10 exp 2012-10 | Läkettä voi käyttää lokakuun 2012 loppuun asti |
| Käyt. ennen 2012-10 | Läkettä voi käyttää syyskuun 2012 loppuun asti |

Joillain lääkkeillä on rajoitettu kesto aika avaamisen jälkeen. Tällaisia lääkkeitä ovat esimerkiksi silmätipat ja nenäsumutteet. Jotkut lääkkeet puolestaan säilyvät huoneenlämmössä rajoitetun ajan, mutta jääkaapissa kestoajan loppuun asti. Tieto säilytyksestä löytyy aina pakkauksesta. Apua lääkkeiden säilytykseen liittyvissä asioissa saa myös apteekista.

Hävitä lääkejätteet oikein

Läkkeet ovat ongelmajätettä. Niitä ei saa hävittää talousjätteen mukana. Väärin hävitettyinä lääkkeet aiheuttavat ympäristöhaittoja. Vanhentuneet tai muuten käyttökeltvottomat lääkkeet tulee toimittaa asianmukaiseen keräyspisteeseen.

Useimmilla paikkakunnilla apteekit ottavat vastaan lääkejätettä. Apteekeilla on erilaisia ohjeita lääkejätteen vastaanottamisesta. Jodia sisältävät valmisteet (esim. Betadine-valmisteet ja Jodix-tabletit), elohopeakuumemittarit sekä injektioneulat tulee kuitenkin aina pakata erilleen muusta lääkejätteestä. Kysy omasta apteekistasi lisäohjeita.

Hätäilmoituksen teko

Hätäilmoitus tehdään yleiseen hätänumeroon 112, ja se tehdään heti, kun loukkaantuneen tai sairastuneen todetaan tarvitsevan ammattiapua.

Näin teet hätäilmoituksen

1. Soita hätäpuhelu itse, jos voit.
2. Kerro, mitä on tapahtunut.
3. Kerro tarkka osoite ja kunta.
4. Vastaa kysymyksiin.
5. Toimi annettujen ohjeiden mukaisesti.
6. Lopeta puhelu vasta saatuasi luvan.

Yleisöpuhelimesta voi soittaa hätänumeroon ilmaiseksi. Matkapuhelimesta soittaessasi et tarvitse suuntanumeroa eikä sim-korttia.

Lähde: Punainen Risti





Yleinen hätänumero

112

Myrkytystietokeskus

(09) 471 977 (suora)

tai

(09) 4711 (vaihde)

Oma terveysasema/päivystys

www.terveydeksi.fi

Apteekkien Terveydeksi!-asiakaslehden verkkopalvelu.

Palvelussa mm. apteekkien yhteystiedot,
lääkkeiden hintavertailu ja Terveydeksi!-lehden juttuarkisto.



SUOMEN APTEEKKARILIITTO
FINLANDS APOTEKAREFÖRBUND