

Носимая индивидуальная аптечка (пример)



Подсумок и внешний вид

Для удобства транспортировки медицинских средств и препаратов я остановился на:

- Подсумок [Condor Rip-Away EMT Pouch](#) (в цвете [OD](#)) в качестве основного контейнера для аптечки.
- Подсумок [Condor Flashlight Pouch](#) (в цвете [OD](#)) с вложенным в него [C-A-T](#) для быстрой остановки возможных кровотечений.
- Ножницы [MSM EMT Trauma Shiers Mini](#) в подсумке [MSM Shear Pouch](#) (в цвете [OD](#)) для быстрого доступа к возможным повреждениям и прочим "хозяйственных" нужд.
- [Condor Outdoor 231: Medic Patch](#) (в цвете [OD](#)) - для индикации медицинской принадлежности подсумка, и отличия его на фоне остальных.
- Индикатор группы крови - информация медицинского характера на медицинском подсумке.
- Индикатор "NKDA" - информация медицинского характера на медицинском подсумке. "NKDA" (No Known Drug Allergies) - свидетельствует об отсутствии у обладателя аллергии на медицинские препараты.

Содержимое

Прошу заметить, что данная комплектация позиционируется преимущественно как бытовая туристическая аптечка для непродолжительных выходов на природу, где потребность в пластыре и антисептическом креме потенциально выше чем в жгуте и т.д. **С-А-Т** входящий в состав - резервный. Это НЕ "аптечка вышивальщика" на все случаи жизни, и не претендует быть ею. Все средства для оказания ПМП при критичных состояниях (гемостатики и т.д.) находятся в отдельном подсумке **Condor Rip-Away EMT Lite Pouch**, подробнее о котором я расскажу в отдельной публикации и который берется отдельно, исходя из необходимости и\или потенциального уровня угрозы.

Описано содержимое на [декабрь 2013](#) года

Логически содержимое подсумка можно разбить на 3 группы (тут стоит отметить, что внутренняя организация **Condor Rip-Away EMT Pouch** практически идеально подошла к модулям моей аптечки :)

Trauma Kit - средства для устранения последствий повреждений



- **Индивидуальный перевязочный пакет 1 шт.** - перевязочный материал.
- **Бинт 10смх5м (стерильный) 1 шт.** - перевязочный материал.
- **Бинт 10смх5м (нестерильный) 2 шт.** - перевязочный материал.
- **Бинт эластичный 1 шт.** - вывихи, растяжения, давящая повязка.



- **Нашатырный спирт** - в герметичном флаконе, для приведения в чувства.
- **Раствор хлоргексидина** - достаточно мощный антисептик наружного применения (им было решено заменить перекись и йод, носимые до этого).
- **Гигиенические палочки 5-10 шт.**
- **Пластырь бактерицидный 10 шт.** - для мозолей и прочих мелких повреждений.
- **Пластырь бактерицидный 6x10см 1 шт.** - для повреждений значительной площади.
- **Пластырь (кольцо) 1 шт.**
- **Ватные тампоны 5-10 шт.**
- **Зубная нить 1 уп.** - кроме прямого применения после кипячения превращается в сносную хирургическую нить.
- **Лезвие 1 шт.** (спрятано внутри контейнера с зубной нитью).
- **Крем антисептический** - для раздражений, мелких повреждений.
- **Крем заживляющий** - для раздражений, мелких повреждений.
- **Презервативы** - крайне полезный предмет в условиях выживания, применений масса.

Медицинские средства и препараты

Препараты представленные в этой секции ни в коем случае не претендуют на роль обязательных. В большей степени это средства, помогающие мне справиться с бытовыми расстройствами здоровья, потому для своей аптечки можно и нужно использовать любые аналоги, заменять и дополнять медицинские средства согласно особенностям своего организма, уровню медицинской подготовки и общей целесообразности.



- [Солпадеин](#) 3-4 шт.
- [Фармацитрон](#) 1шт.
- [Регидрон](#) 2 шт.
- [Анальгин](#) 1 уп.
- [Аспирин](#) 1 уп.
- [Парацетамол](#) 1 уп.
- [Но-шпа](#) 3-5 шт.
- [Сорбекс](#) 1 уп.
- [Фестал](#) 1 уп.
- [Активированный уголь](#) 2 уп. (преимущественно не для медицинского применения, а как источник угля для фильтрации воды)

Список данных медицинских препаратов рекомендуется дополнить индивидуальными регулярно используемыми медицинскими средствами. В остальном позволяет покрыть значительное количество бытовых расстройств здоровья.

Средства гигиены и прочее



- Салфетки гигиенические (влажные) 1 уп.
- Салфетки гигиенические (сухие) 1 уп.
- Санитайзер спиртосодержащий 1 шт.
- Перчатки резиновые (стерильные).
- Перчатки резиновые (нестерильные) - для случаев, когда портить стерильные нет нужды.
- Маска медицинская.
- "["Космическое"](#) одеяло - мембранная пленка [олива](#) \серебро, сохраняющая до 80% тепла, выделяемого телом. Эффективное средство поддержания [температурного баланса](#).
- Пинцет - в основном для обработки заноз и подобных повреждений.
- Зубная щетка 1 шт.
- Маркер - обычный перманентный, для отметок при наложении жгутов и т.д.
- Химический источник света (ХИС) 1 шт. - химический фонарь, способный светить до 12 часов. Средство освещения на случай необходимости идентификации пострадавшего в темное время суток, привлечения внимания если пострадавшим являюсь я сам.

В целом, укомплектованная аптечка изнутри выглядит вот так:

