



CHECK LIST - PRIMEIROS SOCORROS

(by Cris Ramos - Blog Mochilando Nas Viagens/2018)

ACESSÓRIOS	
Produto	check
Agulha e linha	
Algodão	
Ataduras	
Band-aid	
Bolsa/Estojo p/ o Kit	
Absorvente	
Cotonetes	
Curativos esterilizados	
Esparadrapo	
Faixas	
Gazes absorventes	
Iodo	
Lanterna de cabeça	
Luvas de Látex	
Manta térmica aluminizada	
Micropore/Nexcare	
Pinça	
Removedor de calor	
Seringa	
Silvertape	
Tensores	
Termômetro	
Tesoura	

MEDICAMENTOS via ORAL	
Produto	check
Altitude (Exemplo: OxiShot)	
Aciclovir	
Analgésico (Exemplo: Paracetamol)	
Antiácido	
Anti-Alérgico Comprimido	
Antibióticos (Exemplo: Amoxicilina)	
Anticoncepcional	
Antidiarreico: Dores no Estômago / Náusea - (Ex.: Imosec)	
Antiemético: Enjôos - (Exemplo: Dramim ou Plasil)	
Antiespasmódico: Cólica Menstrual - (Exemplo: Buscopan)	
Anti-histamínico	
Anti-Inflamatório (Exemplo: Nimesulida)	
Antitérmico (Antipirético): Febre - (Ex.: Dipirona / Aspirina)	
Assaduras (Exemplos: Bepantol / Nebacetin / Hipoglos)	
Calmante (para dormir)	
Diarréia (Floratil)	
Dor de Cabeça	
Dores Musculares/ Relaxante - (Exemplo: Dorflex)	
Engov	
Epocler	
Fluconazol	
Gripe / Resfriado - (Exemplo: Cimelide)	
Laxante / Regular intestino / Prisão Ventre (Ex.: Lactopurga)	
Novalgina	
Xantinon (Fígado)	

REMÉDIOS	
Produto	check
Água oxigenada	
Álcool em gel	
Anticéptico - (Exemplo: Merthiolate)	
Clorin ou Cloro	
Colírio lubrificante — Systane	
Colírio para os olhos	
Melzinho Sachês	
Pacotinhos de açúcar (bem pequeno)	
Pacotinhos de sal (bem pequeno)	
Pastilhas, balas gengibre	
Pomada picadas, ferimentos, queimaduras	
Pomada para Picadas / Alergia	
Pomada tipo Gelol / Cataflan	
Rinosoro / Vick Vaporub / Spray Nasal	
Salompas	
Soro de reidratação oral	
Soro fisiológico	
Spray antisséptico	
Spray para garganta	
Vaselina	
Vitaminas	
Xarope	

(OBSERVAÇÃO: Estas são apenas sugestões. Não tenho nenhuma especialidade médica e não me responsabilizo pelo uso indevido de qualquer artigo aqui descrito sem prescrição).