



attrezzaturatrekking.it

Checklist Kit di Primo Soccorso

Ogni escursionista dovrebbe portare con sé un kit di Primo Soccorso in ogni escursione, che si tratti di camminare per 3 o 10 chilometri.

Questa checklist è un buon punto di partenza, ma ricordati di aggiungere eventuali farmaci o materiale necessario a te o qualcuno del tuo gruppo.



KIT PRIMO SOCCORSO BASE

- | | | |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Salviette antisettiche | <input type="checkbox"/> Nastro adesivo medico | <input type="checkbox"/> Crema antistaminica |
| <input type="checkbox"/> Bende adesive assortite | <input type="checkbox"/> Cerotti per vesciche | <input type="checkbox"/> Pinzette per schegge |
| <input type="checkbox"/> Compresse di garza | <input type="checkbox"/> Ibuprofene | <input type="checkbox"/> Spille da balia |
| <input type="checkbox"/> Tamponi sterili antiaderenti | <input type="checkbox"/> Antistaminico | <input type="checkbox"/> Manuale di primo soccorso |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |



BENDAGGI

- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Bendaggi vari | <input type="checkbox"/> Garza arrotolata | <input type="checkbox"/> Dischetti detergenti |
| <input type="checkbox"/> Stecca per dita | <input type="checkbox"/> Bende arrotolate elasticizzate | <input type="checkbox"/> Garza emostatica |
| <input type="checkbox"/> Stecche SAM | <input type="checkbox"/> Cuscinetti a base di idrogel | <input type="checkbox"/> Benda liquida |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |



FARMACI

- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Farmaci da prescrizione | <input type="checkbox"/> Farmaci per la diarrea | <input type="checkbox"/> Epinefrina iniettabile |
| <input type="checkbox"/> Gel o spray antisolare | <input type="checkbox"/> Compresse antiacido | <input type="checkbox"/> Aspirina |
| <input type="checkbox"/> Pastiglie per la gola | <input type="checkbox"/> Sali per reidratazione orale | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Collirio lubrificante | <input type="checkbox"/> Glucosio o altri zuccheri | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |



STRUMENTI

- | | | |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Coltello (o multitool) | <input type="checkbox"/> Termometro orale standard | <input type="checkbox"/> Borsa per rifiuti sanitari |
| <input type="checkbox"/> Cesoie per paramedici | <input type="checkbox"/> Siringa per irrigazione | <input type="checkbox"/> Sapone biodegradabile |
| <input type="checkbox"/> Lametta di sicurezza | <input type="checkbox"/> Guanti medico / chirurgici | <input type="checkbox"/> Disinfettante per le mani |
| <input type="checkbox"/> Tamponi con punta in cotone | <input type="checkbox"/> Contenitore impermeabile per contenere forniture e medicinali | <input type="checkbox"/> Coperta termoriflettente di emergenza |
| <input type="checkbox"/> Piccolo blocco note con matita o penna | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |

Hai ancora bisogno di qualcosa? Appuntalo qui!

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

