

8 Perlengkapan Pertolongan Pertama untuk Tergores, Terpotong, Digigit Serangga, dll

Reviu oleh: [Minesh Khatri, MD](#)

Reviu pada Nov 19, 2020

Pinset

Pinset adalah bagian penting dari kotak P3K, terutama jika Anda menikmati hiking atau aktivitas luar ruangan lainnya. Cara teraman untuk menghilangkan serpihan atau kutu adalah dengan pinset yang bersih. **Desinfeksi pinset dengan alkohol sebelum dan sesudah digunakan.**



Krim Hidrokortison

Untuk gigitan yang gatal, pertimbangkan untuk membawa tabung kecil berisi **krim hidrokortison 1%**. Steroid topikal ini memberikan bantuan cepat dari gatal dan mengurangi peradangan.



Hand Sanitizer dan Sarung Tangan

Jika Anda atau teman Anda terluka saat bepergian, hal terakhir yang ingin Anda lakukan adalah merawat luka dengan tangan kotor. **Gel atau tisu berbasis alkohol** dapat membersihkan tangan Anda saat sabun dan air tidak tersedia. Bersihkan sebelumnya, kenakan sepasang sarung tangan ujian lateks atau non-lateks, dan bersihkan lagi setelah merawat luka.



Pereda nyeri

Tidak ada kotak P3K yang lengkap tanpa obat untuk menghilangkan rasa sakit dan menurunkan demam. **Aspirin, acetaminophen, dan ibuprofen** adalah obat pereda nyeri yang dijual bebas. **Aspirin tidak boleh diberikan kepada siapa pun yang berusia di bawah 18 tahun karena bahaya sindrom Reye.**



Kasa dan Plester

Untuk luka dan goresan, Anda bisa menggunakan **pembalut kasa** untuk menekan luka kecil hingga pendarahannya mereda. Saat digunakan dengan **plester**, kasa juga bisa berfungsi sebagai perban untuk menutupi dan melindungi luka. Plester berperekat dengan berbagai ukuran juga dapat membantu melindungi luka dan goresan kecil.



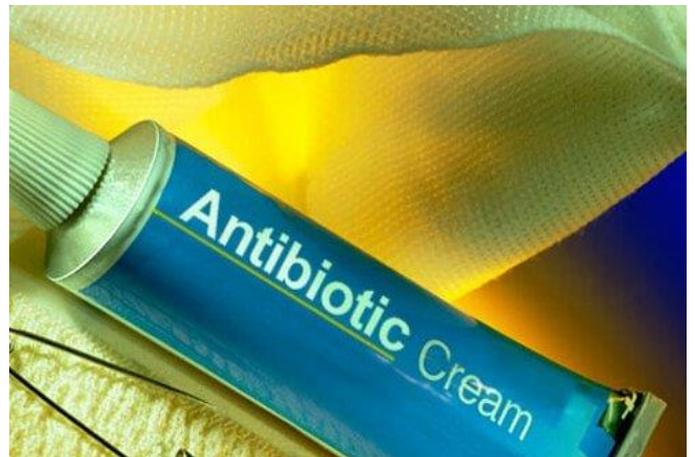
Tisu atau Solusi untuk Membersihkan Luka

Sebelum Anda membalut, ada baiknya Anda membersihkan goresan atau luka. **Tisu** atau **semprotan antiseptik** berguna untuk membersihkan luka saat tidak ada air bersih di dekatnya. Air steril atau garam, seperti larutan garam lensa kontak, baik untuk membersihkan luka mata dan dapat digunakan pada luka lain. Tersedia dalam botol kecil, juga dapat dengan mudah dikemas.



Krim antibiotik

Krim atau salep antibiotik memiliki beberapa kegunaan utama. Ini dapat membantu melindungi luka ringan dari infeksi. Ini dapat menjaga area tetap lembab, yang dapat meningkatkan penyembuhan. Dan itu dapat membantu mencegah luka menempel pada perban.



Obat Alergi

Bersiaplah untuk melawan reaksi alergi ringan dengan **antihistamin**. Orang dengan alergi serius harus membawa epinefrin suntik. Ini dapat menyelamatkan nyawa dalam kasus anafilaksis - reaksi alergi yang parah dan berpotensi mematikan terhadap pemicu seperti sengatan serangga atau makanan.



Membuat Kit Anda

Setelah Anda mengumpulkan hal-hal penting untuk **kotak P3K mobile Anda**, Anda akan membutuhkan cara untuk menjaganya tetap bersih dan kering. Anda tidak perlu membeli tas medis yang mewah. Tas *makeup* tahan air, *tool kit*, atau *fanny pack* bisa digunakan dengan baik.



Sources:

This tool does not provide medical advice. [See additional information:](#)

© 1996-2022 [WebMD, LLC](#). All rights reserved.

[Source slideshow on WebMD](#)

https://www.medicinenet.com/first_aid_pictures_slideshow_essentials/article.htm