

10. Регулярно убирайте просроченные и оставшиеся ненужные лекарства, выбрасывайте их вместе с упаковкой в контейнер для опасных отходов, не храните дома

Выгодность исходной версии: обычная

Доказательность В · исходная версия

для жизни

бесплатно

мимоходом

без силы воли

Частично Китай

Аналог в России не найден

Искали в официальных российских источниках (проверено 07.10.2026), прямого аналога не нашли. Это не значит, что его нет. Китайские условия на Россию не переносите.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Китай — исходная версия. Почти половина лекарств, которые дети по ошибке принимают без ведома взрослых, — рецептурные таблетки. Примерно три из десяти рецептурных лекарств, принятых по ошибке, принадлежат бабушкам и дедушкам. Если убрать ненужные лекарства, станет меньше вещей, до которых может добраться ребёнок. Выбросьте убранные лекарства вместе с упаковкой в контейнер для опасных отходов или сдайте в аптеку, которая принимает старые лекарства.

Затраты

Китай — исходная версия. Бесплатно. Раз в год перебрать аптечку — чуть больше десяти минут.

Выгода

Китай — исходная версия. По оценкам на основе американских данных наблюдения за обращениями за неотложной помощью, с 2004 по 2013 год дети младше 6 лет, по ошибке принявшие лекарства без ведома взрослых, попали в отделения неотложной помощи примерно 640 тыс. раз (оценочное число — 640161 обращение). За один только 2013 год — примерно 59 тыс. раз (59092 обращения). С 2010 по 2013 год чаще всего это были рецептурные таблетки для

приёма внутрь — 45.9%. Среди рецептурных лекарств чаще всего встречались опиоидные обезболивающие (13.8%) и бензодиазепиновые снотворные и успокоительные (12.7%). В 2017 году 5 американских центров помощи при отравлениях опросили родителей, позвонивших за помощью. Среди детей, по ошибке принявших рецептурные лекарства, 30.7% приняли лекарства бабушек и дедушек. Больше половины (51.5%) рецептурных лекарств взрослые уже вынули из оригинальной упаковки до того, как до них добрался ребёнок. В Китае «Национальный перечень опасных отходов (редакция 2025 года) (国家危险废物名录 (2025 年版))» относит выброшенные лекарства и их упаковку, образующиеся в повседневной жизни домашних хозяйств, к опасным отходам в составе бытового мусора. Шанхайские указания по раздельному выбрасыванию отходов относят выброшенные лекарства к опасным отходам и прямо включают в них просроченные лекарства, лекарственные капсулы, таблетки и внутреннюю упаковку лекарств. Там указано: «Выброшенные лекарства рекомендуется выбрасывать вместе с упаковкой». В Шанхае также установлено, что для просроченных выброшенных лекарств из домашних хозяйств, собранных аптеками, районные органы надзора за рынком (市场监管部门) создают временные перевалочные пункты. Управление по контролю за продуктами и лекарствами США (美国 FDA) говорит, что лучший способ избавиться от просроченных и ненужных лекарств — сдать их в пункт приёма.

Примечания

Китай — исходная версия. В Китае перечни для сортировки мусора в разных местах не полностью совпадают. Ориентируйтесь на перечень, вывешенный в помещении для сбора мусора вашего жилого комплекса. В Шанхае остатки после приготовления отваров китайских лекарственных средств относят к влажным отходам, а не к опасным. Лекарства, которые оставляете, храните в оригинальных коробках, не пересыпайте в органайзеры для таблеток или другие флаконы. Держите их там, где ребёнок не сможет достать, см. раздел 13, пункт 20 (приём по ошибке). Оставшиеся дома антибиотики тоже не принимайте по собственной инициативе, см. пункт 7 этого раздела (антибиотики). В США, если нет пункта приёма, рекомендуют смешать лекарства с кофейной гущей или наполнителем для кошачьего туалета, затем закрыть в пакете и выбросить в обычный мусор. Небольшое число сильнодействующих обезболивающих разрешено смывать в унитаз. Так делают в США, а в Китае нужно следовать местным правилам раздельного выбрасывания отходов. Уровень В выбран потому, что те несколько групп американских данных — лишь результаты регистрации случаев. Ни одно

исследование не подсчитало, на сколько случаев приёма лекарств по ошибке может стать меньше после разбора аптечки. Выгода оценена как «небольшая»: имеющиеся цифры — это число обращений за неотложной помощью, а не смертей, и по ним нельзя рассчитать эффект самого разбора аптечки.

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. Lovegrove MC, Weidle NJ, Budnitz DS (2015). Trends in Emergency Department Visits for Unsupervised Pediatric Medication Exposures, 2004–2013. *Pediatrics*, 136(4):e821–e829. doi.org/10.1542/peds.2015-2092
2. Agarwal M, Lovegrove MC, Geller RJ, et al. (2020). Circumstances Involved in Unsupervised Solid Dose Medication Exposures among Young Children. *Journal of Pediatrics*, 219:188–195.e6. doi.org/10.1016/j.jpeds.2019.12.027
3. 生态环境部等 (2024). 国家危险废物名录 (2025年版), 附录《危险废物豁免管理清单》第 1 项. www.gov.cn/gongbao/2025/issue_11906/202503/content_7011162.html
4. 上海市绿化和市容管理局 (2024). 上海市生活垃圾分类投放指引 (2024版) (沪绿容〔2024〕278号). www.shanghai.gov.cn/gwk/search/content/40b9feaa-53db-472f-8a6b-2c3c...
5. 上海市绿化和市容管理局、上海市环境保护局、上海市食品药品监督管理局 (2018). 关于规范生活垃圾分类有害垃圾全程管理的通知. www.shanghai.gov.cn/nw12344/20200813/0001-12344_57440.html
6. U.S. Food and Drug Administration (2025). Where and How to Dispose of Unused Medicines. www.fda.gov/consumers/consumer-updates/where-and-how-dispose-unused...