

Reiseapotheke

Notfallmedikamente für die Reise

Je abgelegener das Reiseziel, um so intensiver muß über eine sinnvolle Reiseapotheke nachgedacht werden. Wenn auch allgemein von einer Selbstmedikation ohne Ratschlag eines Arztes oder Apothekers abgeraten werden muß, bleibt vielen Reisenden in den Tropen nichts anderes übrig, als sich selbst zu behandeln.

Die hier vorgeschlagenen Medikamente stellen eine Auswahl aus einem breiten Angebot dar und erheben nicht den Anspruch der Vollständigkeit. Sie wurden auf Grund von eigenen Erfahrungen zusammengestellt. Neben den genannten Produkten gibt es zahlreiche Alternativen, zu denen Sie Ihr Hausarzt und Ihr Apotheker im Vorfeld der Reise sicher beraten werden. Was Risiken und Nebenwirkungen angeht, so fragen Sie Ihren Hausarzt und Apotheker lieber einmal zu oft und lesen Sie unbedingt die Packungsbeilagen vor Antritt der Reise.

Empfohlene Reisemedikamente

Magen - Darmmittel

- Durchfall: Loperamid, Elektrolyte
- Übelkeit: Metoclopramid
- Verstopfung: Natriumpicosulfat (selten notwendig)

Infektionen

- Antibiotika: nur nach Rücksprache mit Hausarzt, je nach Indikation, Aufenthaltsort, Aufenthaltsdauer, Reiseart, Vorerkrankungen, vorbestehenden Allergien (z.B. Ampicillin, Ciprofloxacin, Doxycyclin, Erythromycin, Trimethoprim/Sulfomethoxazol)
- Augensalbe: Refobacin, Nebacetin
- Ohrentropfen: Polymyxin - cortisonhaltig

Erkältung - Fieber - Schmerzen

- Schmerzen/Fieber: Acetylsalicylsäure (nicht bei blutigen Diarrhoen!), Paracetamol, Ibuprofen
- Augentropfen: Tetryzolin
- Nasentropfen: Oxymetazolin

Insektenstiche - Sonnenbrand

- Stiche/Sonnenbrand: Antihistamin-Salbe, cortisonhaltige Salbe
- Insektenabwehr: Repellentien (z.B. Autan oder NoBite)
- Vorbeugung: Sonnencreme mit hohem Sonnenschutzfaktor (in den Tropen mind. Schutzfaktor 20)

Verletzungen

- Wunden:
Polyvidonjod Salbe u./o. Neomycin-Gaze
Einmalhandschuhe
ggf. Set zur Wundversorgung
- Verbandmaterial:
ES-Kompressen (7,5 cm x 7,5 cm)
Heftpflasterrollen (1,25 cm u. 2,5 cm)
Verbandpflaster (4, 6 cm u. 8 cm)
Elastische Mullbinden (8 cm)
Splitterpinzette
Heparin-Gel
Dauerelastische Binden (8 cm u. 10 cm)

Zahnerkrankungen

- Fehlende Zahnfüllungen/Kronen:
Dental-Notfall-Set

Notfälle

- Arzt/Krankenhausbehandlung:
Sterile Kanülen (1-er u. 16-er)
Spritzen (2, 5 u. 10 ml)

Sexualkontakt

- Verhütungsmittel: Antibabypille etc. (schützt nicht vor HIV!)
- Infektionsvorsorge: Kondome

Allgemein

- Elektronisches Fieberthermometer mitnehmen
- Dauermedikamente nicht vergessen
- Auslandskrankenschein
- sich vor Ort über Möglichkeiten der adäquaten ärztlichen Versorgung informieren, ggfls. Rücksprache mit deutscher Botschaft oder Konsulat