

## MEDIKAMENTE

*Der Inhalt Ihrer persönlichen Reiseapotheke:*

- Pflaster
- Kompressen
- elastische Binden
- medizinisches Klebeband
- Dreieckstuch
- Schere
- Pinzette
- Fieberthermometer
- Desinfektionsmittel (z.B. Isozid® oder Betaisodona®)
- Wärmefolie
- Schienungsmaterial (z.B. Sam-Splint®)

### **Übelkeit:**

- z.B. Paspertin® 4mg/ml Tropfen (3x täglich 15-30 Tropfen)

### **Bauchschmerzen/-krämpfe:**

- z.B. Buscopan® Dragees (max. 5x täglich 1-2 Dragees)

### **Kopf- und Zahnschmerzen:**

- z.B. Parkemed® 500 mg (max. 3×1 Tablette täglich)

### **Rücken- und Gelenkschmerz:**

- z.B. Voltaren® 100 mg (1 Tablette pro Tag – kurzfristig max. 2×1 wenn unbedingt notwendig. Vorsicht: Menschen mit Magen-, Zwölffingerdarmgeschwüren oder schwerer Gastritis dürfen Voltaren nicht einnehmen!)

### **Starke Schmerzen** bei Notfällen (z.B. Knochenbrüche):

- z.B. Tramal Kps® 100mg (max. 4×1 wenn unbedingt nötig, Einnahmedauer so kurz wie möglich)

**Husten** (vor allem trockener Reizhusten):

- z.B. Paracodin® Tropfen (3x täglich 20 bis max. 40 Tropfen)

**Augenreizungen:**

- z.B. Betnesol® Salbe

**Durchfall:**

- z.B. Normolyt® (Bei Durchfall bitte zuerst immer mit viel trinken, um den Elektrolythaushalt stabilisieren. Die schädlichen Keime sollen ja aus dem Körper hinaus, daher keine stopfenden Medikamente wie Imodium.)
- z.B. Imodium® (nur im Notfall, z. B. bei längeren Busreisen): anfänglich 2 Kapseln, max. 6-8 pro Tag, Achtung vorsichtig dosieren: man kippt leicht in eine Verstopfung!
- z.B. Ciproxin 500mg® (bei kompliziertem Durchfall mit Fieber und/oder Blut im Stuhl): 2x500mg pro Tag; Dauer: bis Patient 2 Tage fieberfrei ist)
- z.B. Anaerobex®: unregelmäßiger Stuhlgang, starke Blähungen, Übelkeit, stinkende Gase, kein Fieber, über mehrere Tage; könnte eine Lamblinieninfektion sein, die nicht gefährlich, aber lästig ist. 3x500mg pro Tag über 10 Tage; kann Übelkeit verursachen

**Antibiotika:**

- z.B. Augmentin 1g® für fieberhafte Atemwegsinfekte, fieberhafte Hals- und Ohrentzündungen, infizierte Wunden (die mit Reinigen allein nicht abheilen): 2x1 täglich; Dauer: bis Patient 2 Tage fieberfrei ist
  - z.B. Zithromax 500mg® (statt Augmentin bei Penicillin-Allergie): 1 Tablette pro Tag, 3 Tage lang Höhenerkrankung (nur bei Reisen über 2.500m – siehe auch unser eigenes Infoblatt zur Höhenakklimatisation):
  - z.B. Adalat ret Kps® (wenn die Lunge betroffen ist / Höhenlungenödem): 1 Tablette alle 8-12 Std.
  - z.B. Fortecortin Tbl 8mg® (bei akuter allergischer Reaktion od. auch wenn sich Symptome der akuten Höhenkrankheit – Kopfschmerzen, Schwindel, Gangstörungen/Orientierungslosigkeit = Hirnödem! – durch Ruhe und Abstieg nicht bessern oder gar verschlechtern: 8mg Initialdosis, dann 4mg alle 6 Stunden)
- 
- Individuelle Medikamente