HAUSARZT Praxis
Matthias Pfeifer
Internist, Hausarzt, Notfallmedizin, Akupunktur
Reisemedizin DTG, Gelbfieberimpfstelle WHO

Always with a Smile!

Staatlich anerkannte Hausarztpraxis Matthias Pfeifer Reisemedizinische Beratung Gelbfieberimpfstelle WHO

Vorschlag für die Reiseapotheke

Für alle Eventualitäten ausgestattet zu sein, ist prinzipiell nicht möglich. Die folgenden Angaben dienen als Orientierungshilfe, was ein Einzelreisender für den üblichen Bedarf und kleinere Notfälle bei sich haben sollte.

Grundausstattung

Verbandsmaterial:
- ✓ *Je 1 Mullbinde 4,6 und 8cm breit*
- ✓ *Je 1 Päckchen steriler Verbandsmull, Watte*
- ✓ *Wundpflaster 4 und 6cm breit, je 50cm Heftpflaster 1,25 und 2,5cm breit, je 1 Rolle*

Elastische Binden:
- ✓ *Je eine Binde 8 und 10cm breit*

Fieberthermometer
Kleine Schere
Splitterpinzette
Zeckenzange
Handschuhe
Medikamente zur äußeren Anwendung:
- ✓ *Antiseptische Wundsalbe oder Lösung (z.B. Polyvidon-Jod oder Tinctura jodi offizin.)*
- ✓ *Antihistaminsalbe gegen Insektenstichreaktionen (z.B. Fenistil-Gel)*
- ✓ *Corticosteroidcreme (z.B. Dermatop)*
- ✓ *Augentropfen gegen Bindehautentzündung (z.B. Berberil-Augentropfen)*
- ✓ *Ohrentropfen gegen Gehörgangsentzündung(z.B. Ciloxan-Tropfen)*
- ✓ *Nasentropfen gegen Schnupfen (z.B. Nasivinetten)*
- ✓ *Pflaster gegen Übelkeit und Kinetosen (z.B. Scopoderm-Pflaster)*

Wichtig für den Benutzer:
Beipackzettel aufmerksam lesen, besonders achten auf Lagerung, Haltbarkeit, Anwendungsweise, Gegenanzeigen und Nebenwirkungen.

Medikamente zur inneren Anwendung:
- ✓ *Einfaches Mittel gegen Schmerzen, Fieber, Entzündungen (z.B. Acetylsalicylsäure, Paracetamol, Ibuprofen)*
- ✓ *Krampflösendes Mittel (keine Zäpfchen! Z.B. Buscopan-Dragees)*
- ✓ *Leichtes Schlaf- oder Beruhigungsmittel*
- ✓ *Durchfallmittel (Elektrolyte, Loperamid, Elotrans)*
- ✓ *Antibiotikum (z.B. Ciprofloxacin, Acitromycin)*
- ✓ *Antiemetikum (Mittel gegen Übelkeit, z.B. MCP-Tropfen)*

Medikamente die unabhängig von der Reise benötigt werden!
Ersatzbrille (für Brillenträger)
Sonnenbrille
Sonnenschutzmittel
***Insektenschutzmittel** (z.B. NOBITE oder Autan-Präparate)*

Zusatzausstattung

Steriles Material für Notfälle:
- ✓ *Je 1-2 Einmalspritzen 2, 5 und 10ml*
- ✓ *Je 1-2 Einmalkanülen Nr. 1, 12, 16*
- ✓ *Steristrips zur Wundrandadaption*
- ✓ *1 Päckchen Nahtmaterial (Seide mit angeschmolzener Nadel)*

***Malariamittel** bei Reisen in ein Malariagebiet nach Maßgabe des Arztes*
Weitere Artikel je nach vorhersehbarem Bedarf auf der betreffenden Reise

Denken Sie an die Notwendigkeit der Ausstellung eines Attestes für bestimmte Medikamente (z.B. Betäubungsmittel) für den Zoll vor der Reise! Im Institut für Reise- und Tropenmedizin sowie in Apotheken ist ein "Set" von Einmal-Spritzen und -nadeln erhältlich. Der Beipacktext ist in allen Weltsprachen abgefasst und soll vor Schwierigkeiten beim Zoll schützen.