

Sie haben sich entschlossen eine Reiseapotheke in den Urlaub, auf die Reise mitzunehmen.

Das ist eine gute Entscheidung. Nur welches Medikament benötigen Sie?

Besprechen sie das mit ihrem Arzt/Hausarzt/ Reisemediziner!

Hier finden sie einige Medikamente und Tipps die vielleicht auch während der Reise hilfreich sein können. Bei der Einnahme von Medikamenten ist auf Verträglichkeit, Allergien und Erkrankungen zu achten. Die Reiseapotheke soll ihnen als Orientierung und als Diskussionsgrundlage dienen und sollte auf jeden Fall mit ihrem Arzt besprochen werden. Diese Reiseapotheke ist nicht für jedes Reiseziel universell einsetzbar und ersetzt keine reisemedizinische/ ärztliche Beratung.

Nehmen Sie nur die Medikamente mit, die Sie sehr wahrscheinlich benötigen und vor Ort nicht einfach zu erwerben sind.

## Reiseapotheke:

|                                  |   |
|----------------------------------|---|
| <b>Analgetika Schmerzmittel:</b> | Novalgin und Ibuprofen, Nurofen für Kinder (Kein ASPIRIN für Kinder!)   |
| <b>Antiallergika:</b>            | Cetirizin/ Desloratadin - geringere Nebenwirkungen  |
| <b>Durchfall:</b>                | Elotrans – Elektrolyte insbesondere für Kinder<br><br>(Loperamid/Immodium) <b>nicht bei Fieber oder blutigen Stühlen!!!</b><br><br>Antibiotikum Ciprofloxacin |
| <b>Lebensmittelvergiftung:</b>   | heftige Symptome ca. 2 Stunden nach dem Essen <b>Kohletabletten</b>   |
| <b>Hautausschläge:</b>           | Decoderm tri, Hydrocortison 0,5%  |
| <b>Juckreiz, Insektenstich:</b>  | Fenistil, Octenisept  |
| <b>Wunde:</b>                    | Desinfektionsmittel: Octenisept (auch für Schleimhäute) Pflaster, Binde,<br><br>Gaze, Kompressen, Schere, Kanülen, Handschuhe                                 |
| <b>Thermometer:</b>              | Ausdehnungsthermometer (keine Batterie)   |
| <b>Dokumente:</b>                | Dauermedikation, Vorerkrankungen, Schrittmacher- Allergie- und Impfpass<br><br>in Kopie oder einscannen oder/und in ein elektronisches Postfach!              |

## Erweiterte Apotheke:

**MALARIA Prophylaxe:** Moskitonetz, Antibrumm, Lange Kleidung (kein blau), Dämmerung meiden

### Malariamedikamente:

**Prophylaxe mit Doxycyclin** 100mg ein Tag vor Eintritt ins Risikogebiet, 4 Wochen nach Rückkehr aus dem Risikogebiet. (keine Zulassung als Prophylaxe in Deutschland, sonst überall)

**Atovaquon/Proguanil** als Standby **und** Therapie geeignet

**Malariaprophylaxe mit Atovaquon/Proguanil:** 1Tbl tgl. 1 Tag vor und 7 Tage nach Reise durch Risikogebiet

**Malaria Therapie bei Standby:** Atovaquon/Proguanil je 4 Filmtbl. tgl. als ED an 3 Tagen

**Standby macht nur Sinn, wenn in einem Risikogebiet, nach Exposition Fieber auftritt und mehr als 24h keine Diagnostik möglich ist!**

**Insekten Repellentien:** DEET (**Antibrumm, Nobite**), Icaridin (Antibrumm sensitiv), für Kleidung, Moskitonetze und Haut

**Allergie Notfälle:** Cortisonpräparate, Autoinjektoren, Schnellwirkende H2-Blocker

**Reisekrankheit:** Scopolamin Pflaster >25° keine Wirkung; bei Schiffsreisen (lange Wirkung)

**Übelkeit/Schwindel:** Vomex - kurze Wirkungszeit

**Wasser:** Micropur, Mikrofilter, UVC Bestrahlungsanlage, 24h Wasser in eine durchsichtige PET-flasche in die Sonne legen (deutliche und teils auch effektive Keimreduktion!)

**Sonnencreme:** z.B. Daylong

## Erweitertes Traumamanagement:

|                                  |   |
|----------------------------------|---|
| <b>Schmerzmedikamente:</b>       | Tramal  |
| <b>Schienung von Brüchen:</b>    | Airsplint, Samsplint  |
| <b>Wundversorgung:</b>           | Steristrips, Wundnaht, Tacker                                   |
| <b>Blutstillung:</b>             | Starsil, Quick Clot   |
| <b>Sonstiges:</b>                | Augentropfen, Nasenspray, ACC, Pantozol,                        |
| <b>Verhütung:</b>                | Ellaone/ Pidana, die Pille danach nach sexuellen Übergriffen!   |
| <b>Höhenbergsteiger:</b>         | Acetazolamid (ehem. Diamox), Dexamethason                       |
| <b>Ohrentropfen:</b>             | Pflegende Ohrentropfen  |
| <b>Ohrentropfen für Taucher:</b> | Panotile Cipro (antibiotisch) bei äusserer Gehörgangsentzündung |

**Patienten mit lebenswichtiger Dauermedikation die doppelte Dosis mitnehmen und an verschiedenen Orten aufbewahren!**

Informationen auch auf [www. auswaertiges-amt.de](http://www.auswaertiges-amt.de)

Haben sie während der Reise Fragen? Kontaktieren sie uns unter der Email  
[moritz.engels@hausarzt-nesselwang.de](mailto:moritz.engels@hausarzt-nesselwang.de) (keine Kassenleistung!)

Haben sie an eine Auslands-krankenversicherung gedacht?

Achten sie hierbei darauf, dass die Versicherung **unbegrenzt** und auf der ganzen Welt gilt (auch in den USA!).

Beispiele: Europäische, Mondial, ADAC, HanseMercur u.a.

Kommen Sie gesund wieder nach Hause und genießen Sie Ihre Reise

Herzlichst Ihr Praxisteam



**Praxisteam**  
**Nesselwang - Pfronten**  
www.hausarzt-nesselwang-pfronten.de

## Praxisteam Nesselwang - Pfronten

Fachärzte für Allgemeinmedizin; Inhaber Dr. med. Moritz Engels  
mit Frau Esther Seifert, Dr. med. Eva von der Heyde,  
Dr. med. Michael Waidner, Viktoria Sokolova  
Hauptstraße 16, 87484 Nesselwang | Allgäuerstr. 36, 87459 Pfronten  
[www.hausarzt-nesselwang.de](http://www.hausarzt-nesselwang.de) | [www.hausarzt-pfronten.de](http://www.hausarzt-pfronten.de)  
[info@hausarzt-nesselwang.de](mailto:info@hausarzt-nesselwang.de) | [info@hausarzt-pfronten.de](mailto:info@hausarzt-pfronten.de)  
Tel: 08361-3206, Fax: 08361-3740 | Tel: 08363-5031, Fax: 08363-7224