

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:

Analgetika Schmerzmittel:	Novalgin und Ibuprofen, Nurofen für Kinder (Kein ASPIRIN für Kinder!)
Antiallergika:	Cetirizin/ Desloratadin - geringere Nebenwirkungen
Durchfall:	Elotrans – Elektrolyte insbesondere für Kinder (Loperamid/Immodium) nicht bei Fieber oder blutigen Stühlen!!! Antibiotikum Ciprofloxacin oder Metronidazol
Blasenentzündung	Aqualibra, Canephron, Fosfomycin (Antibiotikum)
Lebensmittelvergiftung:	heftige Symptome ca. 2 Stunden nach dem Essen Kohletabletten
Hautausschläge:	Decoderm tri, Hydrocortison 0,5%
Juckreiz, Insektenstich:	Fenistil, Octenisept
Wunde:	Desinfektionsmittel: Octenisept (auch für Schleimhäute) Pflaster, Binde, Gaze, Kompressen, Schere, Kanülen, Handschuhe
Thermometer:	Ausdehnungsthermometer (keine Batterie)

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

Malariaphylaxe 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: Vertogoheel, Arlevert, Vomex - kurze Wirkungszeit

Cinnarizin (25mg TEVA) – Deutschland nicht verf. **Auch zum Tauchen geeignet!**

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:

Schmerzmedikamente:	Tramal
Schienung von Brüchen:	Airsplint, Samsplint
Wundversorgung:	Steristrips, Wundnaht, Tacker
Blutstillung:	Starsil, Quick Clot
Sonstiges:	Augentropfen, Nasenspray, ACC, Pantozol,
Verhütung:	Ellaone/ Pidana, die Pille danach nach sexuellen Übergriffen!
Höhenbergsteiger:	Acetazolamid (ehem. Diamox), Dexamethason
Ohrentropfen:	Pflegende Ohrentropfen
Ohrentropfen für Taucher:	Panotile Cipro (antibiotisch) bei äusserer Gehörgangsentzündung
Dokumente:	Dauermedikation, Vorerkrankungen, Schrittmacher- Allergie- und Impfpass in Kopie oder einscannen oder/und in ein elektronisches Postfach!

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

Informationen auch auf www.auswaertiges-amt.de

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

Haben sie an eine Auslands-kranken-
versicherung 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