

Dr. Maria Görg-Singer
A-2763 Pernitz, Hauptstraße 96

Tel.: 02632/ 72259-0 Fax: DW 6
email: maria@goerg-singer.at
Homepage: www.goerg-singer.at
Mobiltelefon: 0664 / 32 55 433

Ordinationszeiten

Mo und Mi 8-12
Mo und Fr 14-16
Di 16-18

UND NACH VORANMELDUNG

Fachärztin für Kinder- und Jugendheilkunde, Ärztin für Allgemein-, Sport- und Psychotherapeutische Medizin

INFO-BLATT Nr. 6
2008 / 2009

VORSCHLÄGE ZUR AUSSTATTUNG DER REISEAPOTHEKE

Aus den folgenden 20 Arzneimittelgruppen können wir für Sie – unter Berücksichtigung Ihres Reiseziels und Ihrer besonderen Bedürfnisse - geeignete Mittel auswählen. (rp) = rezeptpflichtige Arzneimittel

- 1. Arzneimittel gegen Übelkeit, Erbrechen, Reisekrankheit**
Vertirosan, Emedyl, Paspertin (als Tropfen oder Rektalzäpfchen); Ingwerzubereitungen
- 2. Arzneimittel gegen Schmerzen, auch Zahnschmerzen**
Mexalen (oder Benuron), Xefo, Aspirin, Parkemed, Ibumetin
- 3. Kreislaufmittel** Effortil (Comp), Novadral
- 4. Arzneimittel zur Beruhigung und gegen Schlafstörungen**
Calmabene, Ivadal; HOVA, Passedan, Baldrian, orthomolekulare Substanzen wie BioSleep, Melanochrom ...
- 5. Arzneimittel gegen Verdauungsstörungen und Fermentschwäche (bedingt durch Zeitverschiebung und Kostumstellung)**
 - a) Hylak, Omniflora, Eucarbon, Iberogast
 - b) Panzynorm forte, Combizym comp.
- 6. Arzneimittel gegen Höhenkrankheit – Diamox (rp)**
- 7. Arzneimittel gegen Diarrhoe (Durchfall)**
Eucarbon, Imodium, Normakut (rp)
- 8. Arzneimittel gegen Obstipation (Verstopfung)**
Dulcolax, Laxabene, Microklist
- 9. Arzneimittel zum Ausgleich von Elektrolytverlust (z.B. durch Schwitzen, bei Durchfall und Erbrechen)**
Normolyt, Bio-Mineralsalztabletten, Normakut.
- 10. Arzneimittel gegen Erkältungskrankheiten**
 - a) Hals – Halset, Lemocin, Tonsiotren,
 - b) Schleim lösende Mittel – Mucosolvan; Sedu Efeu
 - c) Hustenreiz stillende Mittel – Codipront (rp), Sedotussin, Silomat; Prospan
 - d) Schnupfenmittel – Otrivin, Vibrocil, Nasivin; Euphorbium Comp.
 - e) Erkältungskrankheiten allgemein – Ilvico o.a.
- 11. Vitamintabletten** Vitamin C, Multivitamine bei längeren Reisen mit Expeditionscharakter
- 12. Augentropfen gegen Bindehautentzündung**
Refobacin, Fucithalmic; Oculoheel, Euphrasia

13. Ohrentropfen

Otalgan, Normison, (Otosporin), Audispray

14. Arzneimittel zur Verhütung (a) Behandlung (b) von Insektenstichen

a) Autan, Exopic

b) Insecticum, Fenistilgel

15. Sonnenschutzmittel für Haut und Lippen

Ilrido, Ladival, AS, Daylong, ... Bei Sonnenunverträglichkeit: auf p h y s i k a l i s c h e Filter achten, z.B. Eucerin Sonnenallergieschutz, Capital SOLEIL Vichy, Microsun; Weleda Edelweiß Sonnencreme; von innen: Heliocare, InneovSonne

16. Arzneimittel gegen allergische Reaktionen der Haut (z.B. Juckreiz, Sonnenbrand, Insektenstichen)

Fenistil, Soventol (auch als Stift); Kamille, Zinnkraut; ev. Notfallkitt - bei allgemeinen oder systematischen Allergie/Anaphylaxiesymptomen

17. Arzneimittel gegen Herpes (z.B. Lippenbläschen)

Zovirax, Rowadermat, Aciclovir; Melisse,

18. Arzneimittel bei leichteren äußeren Verletzungen

Verbandpäckchen, elastische Binde, elastische Mullbinde, Hansaplast, Leukoplast, Nebacetinsalbe oder Puderspray (rp), Bêtisodona Wundspray, Octenisept; Bepanthen; Splitterpinzette,

19. Arzneimittel bei Sportverletzungen (Prellungen, Verstauchungen)

Dolobene Gel (rp), Etrat, Reparil, Kälte-Spray, Mobilat, Voltaren Emulgel, Kompressionsbinde

20. Antibiotika

Cotrimoxazol (rp), Doxycyclin (rp) o.a. (nur bei hochakuten und fieberhaften Infekten und nach ärztlichem Rat)

Abhängig vom Reiseziel sollen - früh genug - geforderte und sinnvolle Impfungen durchgeführt und eine optimale Malariaphylaxe geplant werden.

Sonstiges: Einwegspritzen, Einwegnadeln, Einweghandschuhe.

REISEAPOTHEKE FÜR KINDER

bei Flugreise im Handgepäck

- **Fieberthermometer**
- **Bei speziellen Krankheitsbildern** - alle Dauermedikamente Ihres Kindes in ausreich. Menge
- **Bei Infekten im HNO-Bereich als antibiotische Therapie** – idealerweise Amoxicillin mit Clavulansäure (Augmentin); Ceclor
- **Bei Darm- oder Harnwegsinfektionen** – Trimethoprim (Infectoprim) oder Trimethoprim/-Sulfonamid-Kombination (Lidaprim)
- **Bei Durchfall** – Omniflora, Antibiohilus, Bioflorin, ...; Tierkohle
- **Bei starkem Durchfall** – zusätzlich fertige Elektrolytlösungen z.B. – Normhydral als Flüssigkeitsersatz; NOVALAC als Heilnahrung
- **Bei Verstopfung** – Microklist, Glycerinzäpfchen
- **Bei Fieber** – Fieberzäpfchen (Nuriflex, Mexalen)
- **Hustensaft** – Prospan, Sedotussin
- **Bei Schnupfen** – Kindgerechte Nasentropfen – Otrivin
- **Augentropfen** – Refobacin, Fucithalmic
- **Ohrentropfen** – Otalgan
- **Bei Reisekrankheit und Übelkeit** - (Vorsicht bei Metoclopramid = Paspertin: Nur bei Kindern ab 10 kg im Notfall; bei Kleinkindern wegen der Gefahr eines Dyston-Hyperkinetischen Syndroms kontraindiziert), Emedylzäpfchen, Vertirosantropfen.
- **Bei Juckreiz** – Fenistil; Zyrtec
- **Desinfektionsmittel für Wunden** – Betaisodona
- **Kinder-Sonnenschutz** – Microsun Baby, Daylong Kids, Leinenhut, T-Shirt (Kinder sollten sich idealerweise meist im Halbschatten aufhalten, viel trinken, die Mittagssonne meiden).
- **Repellents** – eventuell Moskitonetz; Expic.