

## Dr. Maria Görg-Singer

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

2763 Pernitz, Hauptstraße 96

Telefon 02632/722 59, Mobil 0664/325 54 33

E-Mail: [maria@goerg-singer.at](mailto:maria@goerg-singer.at) • [www.goerg-singer.at](http://www.goerg-singer.at)

# 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 (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

### 5. Arzneimittel gegen Verdauungsstörungen und Fermentschwäche

(bedingt durch Zeitverschiebung und Kostumstellung):

a) Hylak, Omniflora, Eucarbon, Iberogast

b) Panzynom 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

**12. Augentropfen gegen Bindehautentzündung:** Refobacin, Fucithalamic; 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 physikalische 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; Kamille, Zinnkraut; ev. Notfallkit

**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), Bataisodona Wundspray, Octenisept;

Bepanthen; Splitterpinzette

**19. Arzneimittel bei Sportverletzungen (Prellungen, Verstauchungen):**

Dolobene Gel (rp), Etrat, Reparil, Kälte-Spray, Mobilat, Voltaren Emulgel o.a.

**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 (aktualisiert) durchgeführt und eine optimale Malariaphylaxe geplant werden.**

**Sonstiges:** Einwegspritzen, Einwegnadeln, Einweghandschuhe.