

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 • 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.