



Ihre Hausapotheke

Mit einer Hausapotheke rüsten Sie sich und Ihr Kind für Erste-Hilfe-Aktionen, Verletzungen im Haushalt und für Beschwerden. Achten Sie darauf, dass die Ausstattung stets komplett ist, und sorgen Sie dafür, dass das Apothekenschränkchen richtig untergebracht ist. Denn Sie können jederzeit in eine Situation geraten, in der Sie sofort ein Pflaster oder eine Salbe benötigen. Wenn Sie dann erst lange suchen müssen, werden Sie bedauern, dass Sie sich bisher nicht um die Hausapotheke gekümmert haben.

Der beste Platz

Vereinbaren Sie mit Ihren Kindern einen Platz, den sie erreichen können. Bewahren Sie dort - ausschließlich - fertig zugeschnittene Pflaster auf. So können sich die Kinder im Notfall bei kleinen Verletzungen selbst versorgen. Ansonsten gilt: Die Hausapotheke und Arzneimittel für Kinder unerreichbar aufbewahren. Am sichersten ist sie untergebracht in einem abschließbaren Wandschrank oder einer verschließbaren Schublade. Der richtige Platz dafür ist aber nicht im Bad oder in der Küche, sondern im Schlafzimmer oder in der Diele. Denn Medikamente und Verbandszeug müssen kühl und trocken gelagert werden.

Was neben der Grundausstattung sonst noch in Ihre Hausapotheke gehört, hängt von Ihrem persönlichen Bedarf ab und von dem Bedarf Ihrer Angehörigen. **Gerne informieren wir Sie ausführlich darüber!**

Kontrolle

Wenn Sie etwas aus der Hausapotheke verbrauchen, sollten Sie es auch so bald wie möglich wieder ersetzen. Andernfalls könnte Ihnen passieren, dass gerade der benötigte Verband oder der Hustensaft fehlt. Prüfen Sie von Zeit zu Zeit das Heftpflaster: Ist es schon so alt, dass es gar nicht mehr klebt? In der Regel ist der Austausch von altem gegen neues Pflaster alle zwei Jahre fällig.

Schauen Sie auch die Verbandstoffe regelmäßig nach. Sie sind nur steril, solange die Verpackung nicht angebrochen und beschädigt ist. Solche Verbandstoffe brauchen Sie nicht fortzuwerfen - man kann sie noch als äußeren Verband benutzen. Legen Sie das Material aber niemals direkt auf Wunden.

Haltbarkeit von Medikamenten

Arzneimittel wie Tabletten, Dragees und Salben halten nicht unbegrenzt. Sie sind verderblich wie Lebensmittel. Schauen Sie deshalb auf das Verfalldatum, es ist auf der Packung aufgedruckt oder eingestanzt. Rangieren Sie bröckelige Pillen, rissige Tabletten, eingetrocknete Salben und trübe Tropfen aus. Bitte nicht in den Hausmüll werfen - bringen Sie die Mittel zurück in die Apotheke. Dort können sie fachgerecht entsorgt werden.

Beipackzettel aufbewahren

Nur vorschriftsmäßig eingenommene Medikamente können helfen. Heben Sie deshalb für jede Arznei die Original-Verpackung sowie die Gebrauchsinformation, also den Beipackzettel, auf. Vertrauen Sie nicht darauf, dass Sie sich die Dosierungs- und Anwendungsvorschriften merken können. In der Gebrauchsinformation finden Sie auch alle nötigen Angaben über die Zusammensetzung, Wirkung und über Gegenanzeigen (Kontraindikationen). Gegenanzeigen geben Auskunft über die Krankheiten, bei denen das betreffende Arzneimittel auf keinen Fall angewendet werden darf. Wenn Ihnen irgendwelche Informationen auf dem Beipackzettel unklar sind, bitten Sie Ihren Apotheker um Rat.

Verschreibungspflichtig!

Seien Sie besonders vorsichtig mit Medikamenten, die „verschreibungspflichtig“ sind. Meist handelt es sich dabei um stark wirksame Mittel, die für einen ganz bestimmten, akuten Krankheitsfall verordnet werden. Deshalb sollte auch nur derjenige ein Medikament einnehmen, dem es verschrieben worden ist. Hüten Sie sich davor, jemanden mit der vermeintlich selben Krankheit aus Ihrer Hausapotheke zu versorgen. Unter Umständen kann ein Mittel schädlich sein, auch wenn es einem anderen Menschen geholfen hat.

Versüßen Sie Ihrem Kind die bittere Medizin

- Erkundigen Sie sich beim Kinderarzt oder bei uns in der Apotheke, ob Sie das verordnete Medikament mit Speisen oder Getränken mischen dürfen. Manche Arznei verliert nämlich so seine Wirkung.
- Tropfen oder medizinischen Saft auf ein Stück Würfelzucker träufeln oder auf einen Esslöffel mit etwas Zucker geben.
- Tabletten dürfen Sie zerdrücken, wenn Ihr Kind sie sonst nicht „runterbringt“.
- Aber Achtung: Dragees und Kapseln wirken nur „im Ganzen“, und außerdem können zerdrückte Dragees regelrecht Brechreiz verursachen.
- Tarnen Sie Medikamente in einem Stück Banane, dann flutschen Sie leichter.
- Wahlweise können Sie Ihrem Kind die Arznei auch zusammen mit einem Löffel Quark, Apfelmus oder Kartoffelpüree verabreichen, damit es die Medizin nicht ausspuckt.

Grundausrüstung einer Hausapotheke

- 2 Verbandpäckchen
- 2 Mullbinden
- Heftpflaster
- 1 Wundschnellverband
- 1 elastische Binde (mit 2 Klammern)
- 1 Brandwundenverband
- 1 Dreieckstuch mit Sicherheitsnadeln
- 3 Alkoholtupfer
- 1 Augenklappe
- 1 Lederfingerling
- Splitterpinzette
- Desinfektionsmittel
- Brandwundensalbe
- Schere
- Fieberthermometer
- Hustensaft
- Nasentropfen
- Mittel gegen Halsschmerzen
- Mittel bei Insektenstichen und Sonnenbrand
- Salbe bei Verstauchungen
- Kopfschmerzmittel

AUTO-APOTHEKE

Die Hausapotheke ist eine freiwillige Angelegenheit, für das Auto ist eine „Haus“-Apotheke gesetzlich vorgeschrieben. Eine Norm regelt, was hineingehört. Es gibt vorschriftsmäßige Auto-Apotheken im Handel. Überprüfen Sie auch hier regelmäßig den Inhalt - zumindest vor längeren Fahrten - auf Brauchbarkeit und Vollständigkeit.