

## Die Hausapotheke und was hinein gehört

### Arzneimittel gegen:

- Schmerzen
- Halsweh
- Erkältungskrankheiten
- Verdauungsstörungen
- Durchfall
- Verstopfung
- Insektenstiche
- Sodbrennen
- Blähungen
- Kreislaufbeschwerden
- Verstauchung
- Muskel- und Gelenkschmerzen
- Verbrennung
- Wunddesinfektionsmittel
- individuelle Beschwerden (z. B. Hämorrhiden)
- (Vorrats-)Packungen von Medikamenten, die der Arzt zum Dauergebrauch verschrieben hat

### In Haushalten mit kleinen Kindern sollte Folgendes nicht fehlen:

- Fieber senkende Zäpfchen
- Entschäumendes Mittel (bei Vergiftungen)
- Notfall-Zäpfchen gegen Krämpfe
- Mittel gegen Blähungen. Hier helfen meist auch Fenchel-, Anis- oder Kümmeltee.
- Kinder-Nasentropfen, nicht zur Dauerbehandlung!
- Salbe gegen Wundsein
- Gel oder Tropfen zum Bestreichen des Kiefers bei Zahnungsbeschwerden
- Kinder-Fieberthermometer
- Wundschnellverband für Kinder
- Hustensaft

### Regelmäßige Kontrolle:

- Überprüfen Sie Medikamente einmal pro Jahr auf Vollständigkeit und Verfallsdatum.
- Prüfen Sie den Zustand der noch lagerfähigen Arzneien. Entsorgen Sie zersetzte oder ausgeflockte flüssige Medizin, ranzige Cremes, zerfallene Tabletten und eingetrocknete Salben.
- Entsorgen Sie auch „abgelaufene“ Medikamente oder solche, die Sie nicht mehr zuordnen können. Die meisten Medikamente dürfen in den Hausmüll, aber nie ins Abwasser.
- Metallene Gegenstände wie Scheren oder Sicherheitsnadeln müssen rostfrei sein.
- Medikamente müssen in der Originalverpackung und mit Beipackzettel aufbewahrt werden. Auf der Verpackung steht meistens auch das Verfallsdatum.
- Die Verpackungen von Verbandmitteln müssen dicht sein, Wundpflaster noch kleben.
- Augentropfen dürfen nach dem Öffnen nur kurze Zeit benutzt werden. Notieren Sie das Anbruchdatum auf der Flasche.

### Kauf:

Abschließbare Schränkchen gibt es im Baumarkt oder in der Apotheke.

### Verbandmittel:

- Mullbinden
- Idealbinden
- Elastische Binden
- Verbandpäckchen
- Heftpflaster
- Pflasterstrips
- Wundschnellverband
- Verbandwatte
- Lederfingerling
- Sicherheitsnadeln
- Verbandklammern
- eine Verbandschere
- zwei Dreieckstücher

### Außerdem:

- Fieberthermometer, Mundspatel, Gummihandschuhe, Pinzette, Zeckenzange.
- Liste mit Notrufnummern, Notfalladressen und der Nummer der nächsten Gift-Notrufzentrale.

### Standort:

- Relativ kühler, trockener Raum (z. B. Schlafzimmer, Diele oder Flur).
- Gut und schnell erreichbar. Der Schlüssel muss im Notfall schnell zur Hand sein.
- **Ideal:** ein frei zugängliches Verbandmittelfach und ein verschließbares Fach für Medikamente.