



REISEAPOTHEKE -- HAUSAPOTHEKE

Übersicht zur Zusammenstellung einer **Kinder-Reiseapotheke** bzw. **Nachschlageblatt für Ihr Apothekenkästchen zu Hause**. Ein kleines Set zur Wundversorgung sollte auch in einem Tagesrucksack oder auf **Wanderungen** nicht fehlen.

- * **Schmerzen / Fieber** Erste Wahl: **Mexalen / Nureflex / Parkemed** -- bei Schmerzen alleine, bzw. Fieber alleine, oder auch beidem;
Reserve: **NOVALGIN TROPFEN®** (½ Tropfen pro kg KG: 3x tgl.) -- falls Erstwahlmedikamente nach 50-60 Min. nicht wirken, NOVALGIN Tropfen mit einem kleinen Löffel in den Mund nachgeben.

Wirkstoff Paracetamol : gegen **Fieber und Schmerzen** -- Dosis: 15 (-20)mg/kgKG **bis zu 4x tgl.**

~4 - 7,5 kg	BENURON®75mg Zäpfchen		
~7,5 - 10 kg	MEXALEN®125mg Zäpfchen		
~10 - 20 kg	MEXALEN®250mg Zäpfchen	Saft: 5ml	MEXALEN®200mg/5ml
~ 18 - 25 kg		Saft: 7,5ml	
~ 25 - 42 kg		Saft: 10ml	
~ ab 35 kg			MEXALEN®500mg Tabl.

Wirkstoff Ibuprofen : gegen **Fieber, Schmerzen und zusätzlich Schwellungen** -- Dosis: 10mg/kgKG **3x tgl.**

~ ab 4 kg	NUREFLEX® KINDER			
~ ab 6 kg	Saft 20mg/ml	NUREFLEX® 60mg		
~ ab 8 kg	„halbes Gewicht“	Zäpfchen	NUREFLEX® JUNIOR	
~ ab 12,5 kg			Saft 40mg/ml	NUREFLEX® 125mg
~ ab 20 kg	in ml“		„viertel“	Zäpfchen
~ ab 40 kg			Gewicht	Dragee
			in ml“	IBUPROFEN 400mg Tabletten

Wirkstoff Mefenaminsäure : gegen **Fieber, Schmerzen und zusätzlich Schwellungen** -- Dosis: 6,5mg/kgKG **3x tgl.**

	PARKEMED® 125mg	PARKEMED® Saft 10mg/ml	
~ ab 7,5 kg	1 Zäpfchen	5ml	
~ ab 11,5 kg		7,5ml	
~ ab 15 kg	2 Zäpfchen	10 ml	
~ ab 30 kg		20 ml	PARKEMED® 250mg Kapseln
~ ab 50 kg			PARKEMED® 500mg Tablette

- * **Verstopfte Nase:** **EMSER®** Nasenspray / **COLDAMARIS JUNIOR PRO®** Nasenspray (pflanzl.) / **EUPHORBIIUM®** Nasenspray (homöopathisch)
Ohrenschmerzen: **NASIBEN®** 0,01% Nasentr. – **NASIVIN SANFT®** 0,025% (ab 1 Jahr) -- **OTRIVIN®** 0,05% (ab 2 Jahren)

- * **Husten:** Reizhusten: Hausmittel: großes feuchtes Handtuch neben das Bett / Zwiebelwickel
Hustensaft: zB. **ISLÄNDISCH MOOS KINDERHUSTENSAFT®** : pflanzlicher Hustensaft (ohne Zucker und Alkohol)
abschwellende Nasentropfen /-spray; gegen zu viel Sekret, das im Rachen kitzelt; - siehe
(starker Husten: ausnahmsweise **Noscopin-Zäpfchen** - ehemals **TUSSCALMAN®** - oder **CAPVAL-Saft®**)

- * **Verklebte Augen:** leicht: feuchtes Taschentuch auflegen, Sekret lösen und entfernen (Vorsicht: Sekret ansteckend !!)
stark: **AZYTER®** Augentropfen (lok. Antibiotikum: 2x tägl. für nur 3 Tage – wirkt dennoch für über 1 Woche)
oder **GENTAX®** Augentropfen (lokales Antibiotikum: 4x tägl. → bis 3 Tage nach Abheilung!)

- * **Magen-Darminfektion:** **Hinweis auf Flüssigkeitsverlust = wenig Harn, Müdigkeit, Schläfrigkeit, Apathie → ARZT aufsuchen!**

Erbrechen kühle Flüssigkeit (stark verdünnter Saft / Tee): in kleinen Schlucken alle 5 Minuten.
Die bisher für Kinder ab 2 Jahren verfügbaren EMEDYL Zäpfchen wurden leider aufgelassen, weshalb nur mehr auf Medikamente mit gleicher Substanz aber Zulassung erst ab 6 Jahren zurückgegriffen werden kann:

VERTIROSAN 50MG® Zäpfchen 3-4x tägl.: 10-15kg: 1/3 Zäpf. -- 15-20 kg: ½ Zäpf. -- über 20kg: 2/3 Zäpf. -- über 30kg: 1 Zäpf.
VERTIROSAN TROPFEN: „Halbes Gewicht in Tropfen 3-4x tägl.“: zB. Gewicht 16 kg → 8 Tr. 3-4x tägl.
(Vorsicht - Alkohol-Gehalt: bei 12 Tr. wird eine Alkoholmenge von etwa 1ml Wein gegeben → zurückhaltend anwenden)

Durchfall: **ANTIBIOPHILUS®** Beutel (ev. auch prophylaktisch!)
unter 7 Jahren: 1 Beutel über den Tag verteilt
ab 7 Jahren: 2 Beutel täglich
Ors 200® / Karottenpüree /-Saft /-Suppe + fettfreie Diät !!

*Vorsicht: Immodium® lähmt die Peristaltik und ist bei Kindern generell nicht zu empfehlen!
Paspertin® ist unter 14 Jahren auch nicht empfohlen!*

- * **Mückenstiche / Sonnenbrand:** kühlen, kühle Umschläge
leicht: **FENISTIL GEL®** (3-4x tgl. lokal) stärker: **FENISTIL TROPFEN®**: 3x tgl. 5-10 Tropfen einnehmen
- * **NOTFALL – Atemnot:** kühle Luft einatmen (offenes Fenster) - stark: **PREDNISOLON 100MG ZÄPFCHEN®** (Kortison – abschwellend!)
- * **RESERVE -- bei Fieber über 3 Tagen** und fehlender ärztlicher Untersuchungsmöglichkeit: Antibiotikum einnehmen:
AUGMENTIN® (bis 20 kg: SAFT, darüber: Tabletten) -- oder **CECLOR®** (bis ~30 kg: SAFT, darüber: Tabletten)

- * **Wunden:** 1) mit Wasser (zB. aus der Trinkflasche) auswaschen
2) mit **BETAISODONA LÖSUNG®** bzw. **OCTENISEPT LÖSUNG®** desinfizieren
3) nicht klebende Wundaufgabe (zB. **BACTIGRAS-Netz®**) -- Heftpflaster hautfreundlich
4) Entzündung: (rot, geschwollen) **BETAISODONA**-Bad (warmes Wasser mit Betaisodonalösung gefärbt)
BANEOCIN SALBE® / +Fieber: **AUGMENTIN®** Antibiotikum
5) Platzwunde: **STERISTRIP®** / **LEUKOSTRIP®** gereinigte Wundränder aneinander fixieren - soll mind. 5-7 Tage verbleiben