

# Ihre Hausapotheke

Kein Mensch denkt gerne an Unfälle oder Krankheiten. Leider hat dies zur Folge, dass Hausapotheken in den meisten Haushalten stiefmütterlich behandelt werden.

Doch gerade in kritischen Situationen kann sich angesichts von Schachteln und Tuben schnell Ratlosigkeit einstellen.

Unsere kleine Übersicht soll Ihnen die Einrichtung Ihrer persönlichen Hausapotheke erleichtern.

Inhalt	vorhanden	brauche ich
Fieberthermometer		
Schmerzmittel		
Nasentropfen (erstes Mittel bei Ohrenschmerzen!)		
Schnupfenspray		
Hustentropfen oder Hustensaft		
Mittel gegen Durchfall		
Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen		
Halstabletten oder Gurgellösung		
Kreislauf anregendes Mittel		
Gel gegen Mückenstiche und Sonnenbrand		
Salbe oder Gel gegen Blutergüsse, Verstauchungen, Prellungen		
Wund- und Heilsalbe		
leichtes Schlaf- und Beruhigungsmittel		
Mittel zur Wunddesinfektion		
Splitterpinzette		
Zeckenzange		
Kühlkissen/-Kompressen		
Sortiment von Verbandmitteln: Fixierbinden Fixierpflaster Wundpflaster Verbandsschere		

Einmalhandschuhe		
Verbandspäckchen klein, mittel und groß		
Verbandstuch °		
Sterile Kompressen 10x10 cm		
Mullbinden		
2 Dreieckstücher		

Sie sollten auf jeden Fall auch eine Erste-Hilfe-Anleitung sowie Adressen und Telefonnummern von:

- **ärztlichem Notfalldienst,**
- **Rettungsdienst und**
- **Vergiftungszentrale**

in Ihrer Hausapotheke aufbewahren. Diese finden Sie auf unserer Homepage.

Bitte bedenken Sie auch, dass Arzneimittel - genau wie Lebensmittel - empfindliche Produkte sind. Trockene und kühle Räume sind deshalb die geeigneten Plätze für die Hausapotheke. Auf keinen Fall sollte die sich in der Küche oder im Badezimmer befinden, denn dort ist es meist zu warm und zu feucht.

Und noch etwas haben Arzneimittel mit Lebensmitteln gemeinsam: Auf der Packung, die Sie immer aufbewahren sollten, steht ein **Verfalldatum**. Nach Ablauf dieses Datums sollten Sie das Medikament nicht mehr verwenden. Auch wenn man es überalterten Medikamenten oft nicht ansieht - ihre Wirksamkeit ist nicht mehr sicher.

#### **Unser kostenloses Angebot für Sie:**

Bringen Sie den Inhalt Ihrer Hausapotheke von Zeit zu Zeit zur Überprüfung in Ihre Apotheke. Wir werden Ihnen gerne dabei helfen, überalterte Arzneimittel auszumustern und fehlende Mittel zu ersetzen.

P.S. Denken Sie auch an Ihren KFZ-Verbandskasten!

Ein Service Ihrer



Apotheke aktiv im Castra-Regina-Center  
 Inhaberin: Dr. Claudia Mayer  
 Bahnhofstraße 24  
 93047 Regensburg  
 Telefon 0941-585910  
 Telefax 0941-5859119  
[www.aktiv-apo.de](http://www.aktiv-apo.de)  
[info@aktivapo.de](mailto:info@aktivapo.de)