

Wie packe ich eine Wanderapotheke?

Der kleine medizinische Begleiter für unterwegs. Hier gilt die gute Ausgewogenheit zwischen Gewicht, ausreichendem Inhalt und effektiv Benötigtem. Wichtig ist auch, dass die Produkte noch «fit» sind – abgelaufene Produkte sollten Sie rechtzeitig ersetzen. Wanderapotheke.

Checkliste:

- Desinfektionsmittel
- Pinzette und /oder Zeckenkarte
- Insektenschutzmittel
- Ein Produkt gegen Insektenstiche & Verbrennung
- Eine kleine Sonnencreme mit hohem Faktor
- Eine elastische, stützende Binde
- Wundkompressen
- Pflaster in verschiedenen Grössen
- Spezielle Blasenpflaster
- Vaseline – für den Hund, zur Prophylaxe und Behandlung bei rissigen Pfoten
- Rettungsdecke
- Dreiecktuch
- Bei Allergikern unbedingt das persönliche Notfallset
- Traubenzucker
- Auf Wunsch: Arnica Globuli

Wichtige Adressen/Telefonnummern:

Hausarzt:

Apotheke Ihres Vertrauens:

Ambulanz: **144**

Tox Zentrum: **145**

In einem Notfall soll angegeben werden:

- **Wer?** Alter, Gewicht, Geschlecht der betreffenden Person, Vorerkrankungen der betroffenen Person
- **Was?** Substanz, Produkt (Informationen auf der Etiketle, Gefahrensymbole), Pflanze oder Tier, das mit einer Vergiftung in Verbindung gebracht wird; wenn möglich ein Foto machen
- **Wieviel?** Versuchen Sie, die maximal mögliche aufgenommene Menge abzuschätzen
- **Wann?** Versuchen Sie, die seit dem Vorfall verstrichene Zeit abzuschätzen
- **Was noch?** Erste beobachtete Symptome? Erste getroffene Massnahmen?
- **Wo?** Telefonnummer für Rückruf und Ort, wo sich die betroffene Person befindet

Das Team der Apotheke Wyss wünscht gute Gesundheit und keine Notfälle!