



## REISEAPOTHEKE

Liebe Eltern,

unabhängig vom Urlaubsort wird es wahrscheinlich nie falsch sein, folgendes in Ihrer Reiseapotheke mitzuführen:

### Gegen Fieber und Schmerzen

- Paracetamol (Paracetamol®, Ben-U-Ron®)
- Ibuprofen (Ibuprofen®, Nurofen®, Ibuflam®, Dolormin®)

Möglicherweise das eine als Saft und das andere als Zäpfchen. Größere Kinder könnten auch schon Tabletten einnehmen.

### Gegen Übelkeit und Erbrechen

- Dimenhydrinat (Vomex®, Vomacur®, Emesan®)

Gibt es als Zäpfchen, Saft oder Dragees. Man ist grundsätzlich zurückhaltender geworden mit dieser Medikation. Am sinnvollsten wären die Zäpfchen, weil die nicht wieder erbrochen werden.

### Bei Flüssigkeitsverlust

- Elektrolytlösung (Oralpädon®, Elotrans®)

Verliert das Kind Flüssigkeit, so muss man versuchen, dem Kind vorsichtig in kleinen Mengen immer wieder Flüssigkeit anzubieten. In erster Linie sollte das Wasser sein. Nimmt das Kind sonst gar nichts mehr zu sich, so kann man eine Elektrolytlösung ins Wasser mischen. Damit erhält es zusätzlich Glucose und Salze. Gegen Durchfall an sich kann man nichts Sinnvolles tun. Wichtig ist, dass das Kind die Flüssigkeit wiederbekommt, die es durch den Durchfall und eventuell das Erbrechen verliert.

### Bei Verletzungen

- Pflaster, Kompressen, Mullbinden
- Desinfektion: Betaisodona®-Salbe oder Octenisept®-Spray

### Weitere Medikamente

- abschwellende Nasentropfen/-spray (Otriven®, Olynth®, Nasivin®, Nasic®)
- Fenistil®-Gel bei Mückenstich (Effekt nicht herausragend)

### Sonstiges

- Fieberthermometer, Pinzette (z. B. gegen Splitter oder Zecken), Sonnenschutz, ggf. Insekten-Repellent (ab 2 Jahren Icaridin, ab 1 Jahr EBAPP, IR 3535; bei Malariagefahr DEET 50%!)