

Was gehört in die Hausapotheke?

Der Inhalt einer Hausapotheke ist abhängig von den Lebensgewohnheiten und individuell unterschiedlich. Eine gute Hausapotheke sollte grundsätzlich immer auch Verbands- und Hilfsmittel enthalten, die im Notfall die Erstversorgung garantieren. Außerdem sollte der Inhalt regelmäßig auf Vollständigkeit und Haltbarkeit überprüft werden. Wir beraten Sie gerne!

Checkliste für die Hausapotheke

Verbandsmittel

- Dreiecktuch
- Elastische Binden
- Mullbinden
- Verband- / Druckverbandpäckchen
- Verbandklammern und –sicherheitsnadeln
- Wundschnellverbände
- Sterile Wundauflagen
- Verbandtuch für Wunden und Brandverletzungen
- Heftpflaster
- Pflasterstrips

Krankenpflegemittel

- Einmalhandschuhe
- Desinfektionsmittel
- Fieberthermometer
- Wieder verwendbare Kühlkompressen (im Gefrierfach lagern)
- Wärmeflasche
- Mundspatel
- Hautschere
- Verbandschere
- Pinzette
- Wattestäbchen

Arzneimittel

- Einfache Mittel gegen Schmerzen und Fieber (für Kinder: Paracetamol, für Erwachsene Paracetamol und/oder Acetylsalicylsäure)
- Bei Kindern ggf. ein Nasenspray z.B. zur ersten Behandlung nächtlicher Ohrenschmerzen
- Mittel gegen Insektenstiche
- Mittel gegen Prellungen und Verstauchungen
- Gurgelmittel gegen Beschwerden im Mund- und Rachenbereich
- Brand- und Wundgel
- Wund-Desinfektionsmittel
- Individuelle, persönliche Medikamente für die Dauerbehandlung chronischer Erkrankungen

Erste-Hilfe-Anleitung

- Wer seine Kenntnisse in Erster Hilfe auffrischen möchte, findet beim Roten Kreuz gut gegliederte, umfassende Informationen oder belegt dort einen Auffrischkurs.

Notrufnummern

- Rettungsdienst
- Haus- und Kinderarzt bzw. ärztlicher und zahnärztlicher (ggf. auch tierärztlicher) Notdienst
- Apothekennotdienstkalender
- Giftnotrufzentrale