

Merkblatt für Beschäftigte und Reisende

Vorschlag für die Haus- und Reiseapotheke in medizinisch schlecht versorgten Ländern

Dieser **Apotheke-Vorschlag** ist exemplarisch. Die Medikamentenliste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Ärzte und Apotheker sollen sie an Bedürfnisse ihrer Patienten anpassen.

Der Medikamentenvorrat hängt von der Familiengröße, der Dauer des Aufenthalts und den Beschaffungsmöglichkeiten vor Ort ab. Gelb unterlegt sind Medikamente für eine Minimalausstattung.

Die Liste ist alphabetisch nach deutschen Handelsnamen geordnet. Natürlich können auch andere, gleichwertige Medikamente verwendet werden. Wenn keine wirkstoffgleiche Alternative bekannt ist, wird ein ähnliches Präparat mit gleicher Indikation vorgeschlagen.

Die Vorschläge für anglophone und frankophone Länder basieren auf Apothekenbesuchen der Regionalärzte. Oft gibt es gleichnamige Produkte von mehreren Herstellern. I.d.R. sind bekannte Hersteller und Marken vorzuziehen.

Bei Schmerzmitteln und Antibiotika sind jeweils mehrere Medikamente genannt. Wenn eine Substanz besondere Vorteile bietet, ist sie durch Unterstreichung markiert.

Die Dosierung der Medikamente sollte vom Arzt verordnet sein. Das gilt besonders für verschreibungspflichtige Medikamente wie Antibiotika oder Malariamittel. Als Selbstmedikation sind sie nur zu verwenden, wenn kein Arzt erreichbar ist. Die Dosierung richtet sich dann nach den Hinweisen in der Packungsbeilage.

Es folgen Vorschläge für **Verbandskästen** und andere Artikel. Ergänzen Sie die DIN Verbandskasten im Haus und im Auto mit:

- Desinfektionsmittel, (z.B. Polyvidon-Jod, Hansaplast-Strips)
- Je 5 Einmalspritzen (2 ml und 5 ml), 2 Einmalspritzen à 10 ml
- Je 5 Einmalkanülen (Größen 01 und 12)
- Alkoholtupfer (z.B. Alcomed).

Wärmeflasche oder Heizkissen können auch in den Tropen wichtig sein.

Fieberthermometer nicht vergessen!

In Malariagebieten sollte der **Mückenschutz** zur Gewohnheit werden wie das Zähneputzen:

- Imprägniertes Moskitonetz
- mückenabweisendes Hautmittel (Repellent)
- Imprägnierung für Kleidung und Moskitonetz

Unterwegs sollten Sie Repellent und ggf. ein Mückennetz immer dabei haben!

Medikamente:

Deutsches Medikament	Wirksubstanz im deutschen Medikament	Anglophone Länder vergleichbare Medikamente	Frankophone Länder vergleichbare Medikamente	Anwendung
ACC® <i>Brussetabletten</i>	Acetylcystein	Muciclar® <i>adult & children syrup</i>	Muciclar® <i>adulte & enfant sirop</i>	reiner Sekretlöser bei Husten, kein Hustenblocker
Azithromycin <i>250 mg Tabletten Suspension</i>	Azithromycin	Zithromax® <i>250 mg tablets suspension</i>	Zithromax® <i>250 mg comprimés suspension</i>	Breitspektrumantibiotikum z.B. bakterielle Atemwegs-, Harnwegsinfektion, Durchfall mit Krämpfen und / oder Fieber auch für Kinder
Cetirizin <i>Tabletten Tropfen</i>	Cetirizin	Zyrtec® <i>tablets</i>	Zyrtec® <i>comprimés</i>	Allergie, Juckreiz
Elotrans® <i>Beutel</i>	Salze ("Elektrolytpulver")	ORS oral rehydration solution <i>sachets</i>	SRO solution pour la rehydratation orale <i>sachets</i>	Elektrolyt- / Flüssigkeitsverlust bei Durchfall
Ibuprofen 400 mg <i>Tabletten</i>	Ibuprofen	Ibuprofen Denk® Nuroprofen® 400mg <i>tablets</i>	Ibuprofène Tabalon® Brufen® 400 mg <i>comprimés</i>	Schmerzen aller Arten, Fieber, "Rheuma"-, Gelenksbeschwerden, starke Prellungen
Loperamid akut <i>Tabletten Hartkapseln Tropfen</i>	Loperamid	Loperamide Imodium® <i>tablets</i>	Loperamide Imodium® <i>comprimés</i>	Durchfall ohne Fieber und ohne krampfartige Bauchschmerzen
Paracetamol <i>Tabletten Zäpfchen</i>	Paracetamol	Paracetamol Tylenol® <i>tablets, syrup, suppositories</i>	Paracetamol Doliprane® <i>comprimés, sirop, suppositoires</i>	Schmerzen aller Arten Fieber
Paracodin® <i>Tabletten Tropfen</i>	Dihydrocodein	Meltus® dry cough Benylin® dry cough <i>cough syrup</i>	Terpine Gonon® Neo-Codion® <i>comprimés</i> Humex® adulte Humex® enfant	Hustenblocker
Riamet® (Europa)	Artemether / Lumefantrin	Coartem® <i>(Afrika, Asien) tablets</i>	Coartem® <i>(Afrika, Asien) comprimés</i>	Malaria
Super Pep® <i>Reise Kaugummi Dragees</i>	Dimenhydrinat	Metoclopramide Primperan® <i>tablets syrup</i>	Metoclopramide Primperan® <i>comprimés gouttes buvables</i>	Übelkeit, Erbrechen <i>Der Kaugummi ist sehr praktisch, da keine Flüssigkeit zusätzlich eingenommen werden muss</i>
Vomex® <i>Dragees Sirup (Kinder-) Suppositorien</i>				

Deutsches Medikament	Wirksubstanz im deutschen Medikament	Anglophone Länder vergleichbare Medikamente	Frankophone Länder vergleichbare Medikamente	Anwendung
Augmentan® Tabletten <i>Suspension</i>	Amoxicillin & Clavulansäure	Augmentin® Clavulin® <i>tablets suspension</i>	Augmentin® <i>comprimés suspension</i>	Breitspektrumantibiotikum z.B. bakterielle Atemwegsinfektion, Abszesse, eitrige Infektion auch für Kinder, nicht bei Penicillinallergie
Berberil N® Augentropfen	Tetryzolin	Visine® <i>eye drops</i>	Collyre Bleu Laiter® <i>collyre</i>	nicht-infektiöse Bindehautreizung
Betaisodona® <i>Lösung Salbe</i>	Povidon-Jod	Betadine® 10 % <i>solution ointment</i>	Betadine® 10 % <i>solution pommade</i>	Wunddesinfektion, einfache Hautinfektion
Buscopan® plus Tabletten <i>Zäpfchen</i>	Butylscopolamin+ Paracetamol	Visceralgine® <i>tablets syrop</i>	Visceralgine® <i>comprimés sirop</i>	krampfartige Schmerzen, z.B. Bauch, Blase, Nieren- / Gallenblasenkoliken
Ciloxan® <i>antibiotische Augen- u. Ohrentropfen</i>	Ciprofloxacin	Ciloxan® Evril® <i>eye & ear drops</i>	Ciloxan® Gentalline® <i>Gouttes ophtalmiques & auriculaires</i>	Augeninfektion
Ciprofloxacin 500 mg <i>Tabletten</i>	Ciprofloxacin	Ciprofloxacin Ciproxine® 500 m <i>tablets</i>	Ciproxine® 500 mg Ciprofloxacin <i>comprimés</i>	Breitspektrumantibiotikum z.B. bakterielle Atemweg-, Harnwegsinfektionen, Durchfall mit Krämpfen und / oder Fieber nicht für Kinder
Daktar® <i>Creme</i>	Miconazolnitrat	Daktarin® <i>ointment</i>	Daktarin® <i>pommade</i>	Hautpilz
Fenistil® <i>Gel</i>	Dimetinden	Phenergan <i>ointment</i>	Fenistil® <i>gel</i>	allergischer Hautausschlag Insektenstiche
InfectoPyoderm® <i>Salbe</i>	Mupirocin	Bactroban® <i>ointment</i>	Baneocin® <i>pommade</i>	eitrige Hautinfektionen
Olynth® <i>0,1 %, 0,05 %, 0,025 % Nasenspray/Dosieraerosol</i>	Xylometazolin	Otrivin® <i>1%, 0,5% nasal drops</i>	Otrivin® <i>1%, 0,5% gouttes nasales</i>	Schnupfen, zusätzlich bei Mittelohrentzündung