



REISEAPOTHEKE FÜR BACKPACKER

1. Durchfall

- Loperamid Akut schränkt die Darmaktivität ein. Erste Hilfe vor langen Busfahrten.
- Kohle-Compretten binden Flüssigkeit und Giftstoffe. Helfen auch bei Lebensmittelvergiftung
- Elektrolyt-Pulver zum Ausgleich des Elektrolythaushaltes bei Durchfall
- Tannacomp werden damit beworben, Reisedurchfällen vorbeugen zu können

2. Übelkeit

- Dimenhydrinat bei (Reise-)Übelkeit, Schwindel und Erbrechen

3. Schmerzen

- Paracetamol wirken auch fiebersenkend
- Ibuprofen sind fiebersenkend und entzündungshemmend
- ASS der Wirkstoff von Aspirin, ebenfalls fiebersenkend und entzündungshemmend

4. Wundversorgung

- Wunddesinfektion
- Pflaster
- Kompressen
- Mullbinden

5. Sonstige Medikamente

- Fieberthermometer
- Aciclostad gegen Lippenherpes
- Ohrentropfen, insbesondere bei Tauchurlaube
- Hydrocortison Salbe oder Spray bei Sonnenbrand und Insektenstichen
- Mittel gegen Erkältungssymptome (Nasenspray/-tropfen, Hustentropfen, Halstabletten)
- Buscopan gegen Verdauungsbeschwerden

6. Vorbeugung

- Handdesinfektion
- Sonnencreme
- Mückenschutz (Spray und eventuelle Moskitonetze)