

# Für den Fall der Fälle: Reiseapotheke in den Koffer

Die Sommerferien stehen vor der Tür. „Neben Badesachen, Wanderschuhen, Kamera und Co. gehört auf jeden Fall auch eine Reiseapotheke mit in den Koffer“, empfiehlt die Amtsapothekerin des Kreises, Birgit Habbes.

Der Reisetstress, das ungewohnte Klima am Urlaubsort, unbekannte Speisen und fremde Keime führen oft und für manche unverhofft zu Erkrankungen, die mit Hilfe einer Reiseapotheke meist schnell in den Griff zu bekommen sind. „Eine mit Bedacht bestückte Reiseapotheke kann im wahrsten Sinn des Wortes erste Hilfe leisten“, so die Amtsapothekerin. In eine solche Reiseapotheke gehören auf jeden Fall Mittel gegen Durchfall sowie zur Ersten Hilfe bei geringfügigen Beschwerden.

Ins Erste-Hilfe-Set gehören z.B. Heftpflaster, Mullbinden, Wundsalbe, Nasentropfen oder Mittel gegen Kopf- und Zahnschmerzen. In mückenreichen Gebieten sind auch Mittel zur Insektenabwehr wichtig.

Gleichzeitig macht Amtsapothekerin Birgit Habbes jedoch deutlich: „Falls Krankheitssymptome oder das Gefühl von Unwohlsein nicht verschwinden, ist der Arztbesuch unbedingt zu empfehlen.“ PK | PKU