

Ärztammer OÖ gibt Tipps gegen Urlaubs-Wehwechen:

„Mit Basis-Medikamenten-Set geht man auf Nummer sicher“

Ab in den sonnigen Süden! Tausende Landsleute packen jetzt ihre Koffer und reisen in ihre Urlaubsziele. Doch plötzlich kratzt am Strand der Hals, der Bauch schmerzt. Wie man sich gegen solche Wehwechen rüstet und was in eine Reiseapotheke rein soll, dazu gibt Martin Haditsch von der Ärztekammer Tipps.

Vor der Reise in den Urlaub sollte man nicht vergessen, wichtige Medikamente mit einzupacken.

In eine Standardreiseapotheke soll man Produkte hineingeben, mit denen man kleinere Gesundheitsstörungen selbst verantwortungsvoll behandeln kann.

Was gehört da dazu?

Medikamente gegen Fieber, Schmerzen, Durchfall, Augen-, Nasen- oder auch Ohrentropfen, ein Breitbandantibiotikum, desinfizierende und auch juckreizstillende Salben oder Gele. Und natürlich auch Verbandsmaterialien, ein Fieberthermometer sowie eine Schere und auch eine Pinzette. Und im Sommer sollte

man auf einen Sonnenschutz oder Mückenschutz auf keinen Fall vergessen.

Wie sieht es bei jenen aus, die einen Abenteuerurlaub,

eine Fernreise oder eine Reise mit ihren Kindern planen?

Da sollte man seine Reiseapotheke adaptieren. Das heißt, auf die Menge, die Dosierungen und kinderspezifische Medikamente wie Säfte statt Tabletten achten.

Bei medikamentenpflichtigen Grundkrankheiten?

Da die zwei- bis dreifache Medikation mitnehmen und

sicherheitshalber im Reisegepäck auf den Koffer und eine Tasche gut verteilen.

Worauf ist noch zu achten?

Für manche Medikamente gilt in gewissen Ländern ein Einfuhrverbot. Da sollte man sich ein mehrsprachiges Attest abstempeln lassen, um eventuelle Probleme beim Zoll zu vermeiden.

Interview: Johannes Nöbauer



Foto: Harald Dostal

Hygienefacharzt Martin Haditsch