

Gesundheitstipp Hausapotheke

MEDIKAMENTE zu HAUSE

www.regiomed-kliniken.de

GESUNDHEIT GANZ NAH.
WIR SIND DA.

Gesundheitstipp Hausapotheke

Was gehört in die Hausapotheke?

Zunächst einmal natürlich diejenigen Medikamente, die Sie aufgrund einer Erkrankung regelmäßig einnehmen müssen.

Daneben ist es aber auch sinnvoll, mit einigen Standardmitteln für den Fall der Fälle gerüstet zu sein:

- Nasentropfen/-spray, Halstabletten und Hustenmittel
- Schmerzmittel
- Medikamente gegen Magen-Darm-Beschwerden
- Salbe oder Gel für Sportverletzungen
- kühlendes Gel für Insektenstiche
- Pflaster und Verbandsmaterial, Wunddesinfektionsmittel

Aufbewahrung

- Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren!
- Es ist sinnvoll, alle Medikamente an einem Ort auszubewahren. Dieser sollte idealerweise trocken, kühl und dunkel sein.
- Vermeiden Sie Temperaturschwankungen und hohe Luftfeuchtigkeit (wie z.B. im Bad) sowie direkte Sonneneinstrahlung.
- Einige Arzneimittel müssen ständig gekühlt werden und gehören in den Kühlschrank. Einfrieren kann hingegen zu Wirkverlust führen. Belassen Sie die Arzneimittel daher in der Verpackung und legen Sie sie im Kühlschrank nicht in die Nähe der evtl. vereisten Rückwand oder des Tiefkühlfachs.
- Damit nichts verwechselt wird, gehören Medikamente immer in ihre Originalverpackung - zusammen mit dem Beipackzettel.

Was für wen?

Sofern mehrere Familienmitglieder Medikamente einnehmen, notieren Sie am besten auf der Verpackung, welches für wen bestimmt ist.

Nehmen Sie nur diejenigen Medikamente, die für Sie bestimmt sind. Geben Sie keine Arzneimittel an andere Personen weiter - auch nicht, wenn diese ähnliche Beschwerden haben.

Verfallsdatum

Beachten Sie das aufgedruckte Verfallsdatum! Arzneimittel können danach eine veränderte Wirkung haben oder sogar gesundheitsschädigend werden.

Vor allem Tropfen und Säfte sind nach Anbruch nur eine bestimmte Zeit verwendbar. Notieren Sie auf der Packung, wann Sie das Medikament angebrochen haben und bis wann es verwendet werden kann.

Entsorgung

Abgelaufene oder nicht mehr benötigte Arzneimittel entsorgen Sie bitte sachgerecht (und kindersicher!). In der Regel kann dies über den normalen Hausmüll geschehen. Wenden Sie sich im Zweifelsfall an Ihre Apotheke.