

Gruppenapotheke_Basisliste

Stand:30.08.2024

Gruppen Apotheke → wird durch Wanderzyt Arnold organisiert

Bitte folgendes beachten: Die Medikamente stehen allen Teilnehmer zur Verfügung. Die Einnahme der Medikamente erfolgt auf eigenes Risiko. Da mir das medizinische Fachwissen fehlt und ich eure Empfindlichkeit gegenüber bestimmten Inhaltsstoffen nicht kenne, kann ich höchstens Empfehlungen abgeben und im Notfall medizinische Unterstützung anfordern.

| Symptom | Wirkstoff(e) | Beispiel (Fett = in Apotheke) | Dosierung / Anwendung |
|--|---|--|--|
| Schmerzen, leicht, Fieber | Paracetamol | Paracetamol (Dafalgan) | Tablette, 0.5 – 1 g, alle 4-8 Std. Max. 4 g pro Tag Tablette, 500 mg |
| Schmerzen stärker | Ibuprofen | Alges-X 400 forte (Brufen) | bis 3 x täglich im Abstand von 4-6 Std. Tablette zu 400 mg mit oder nach dem Essen |
| | Ibuprofenlysinat | Alges-X 400 forte (Algifor-L) | |
| Schmerzen, Fieber | Acetylsalicylsäure | Aspirin S Aspirin Ganulat | 1 bis 2 Tabletten zu 500g, max. 3 Tage 1 bis 2 Beutel, max 6/Tag, max 3 Tage |
| Allergische Reaktionen, Insektenstich (Nesselausschlag), Sonnenbrand, Leichte Verbrennungen | Levocetirizin | Allergo-X (Xyzal) | 1 Tablette, 1 mg, 1x1 täglich |
| | Desloratadin | Poll-X (AERIUS) | 1 Tablette, 1 mg, 1x1 täglich |
| Desinfektionsmittel, Wunden | Essig-Saure Tonerde | Axeta, (Leucen) | Gel |
| | Jod-Povidon | Betadine Salbe | Für Wundverband-Wundinfektion verhindern |
| Wundheilsalbe | Chlorhexidin, Dexaphanthenol | Bepanthen Plus | Creme unterstützend für Wundheilung |
| Wundeiterung, Nimmt kleine Fremdkörper aus der Haut | Ammoniumbituminosulfat | Leucen-Zugsalbe | Salbe |
| Halsschmerzen, bei schmerzhaften Entzündungen der Rachenschleimhaut | 8.75 mg Flurbiprofen. | Streptils Dolo (Vergleich mit Neoangin Dolo) | Lutschtabl. bis 5x tägl - alle 3-6Std. |
| Halskratzen/Halsschmerzen, antiseptischer Wirkung, lindernd/ desinfizierend, | 1.2 mg 2,4-Dichlorbenzylalkohol und 0.6 mg Amylmetacresol. | Streptils Honig Zitrone (Vergleich Neoangin Antisept) | Lutschtabl. bis 4x tägl - alle 4 Std. |

Gruppenapotheke_Basisliste

Stand:30.08.2024

| Symptom | Wirkstoff(e) | Beispiel (Fett = in Apotheke) | Dossierung / Anwendung |
|--|--|---|--|
| Leichte Verstauchung, Blutergüsse | Homöopathisch | Arnika Globuli | Globuli, 3-6 täglich |
| Durchfall Loperam nur im Notfall für Reisetauglichkeit ansonsten besser Kohletabletten Bioflorin nehmen | Loperamid Kohle Probiotikum <i>Enterococcus faecium</i> SF68®. | Loperam (orig. Imodium) -> Nur im Notfall – zur Reisetauglichkeit Kohlentabletten «Norit» od. «Carbolevure» Bioflorin Kaps. | Anfang 2 Stk. max. 8 pro Tag Bei blutigem Durchfall oder Fieber ev. Antibiotikum Gemäss Packungsbeilage Darmflora sanieren |
| Bakterielle Infektion u.a. Harnwege, Ohren Magen, Darm, Atemwege, | Ciprofloxacin Breitbandantibiotikum Chinolone Amoxicillin und Clavulansäure Breitbandantibiotikum Penicilline | Ciprofloxacin (orig. Ciproxin) Co-Amoxicillin (orig. Augmentin) | Packungsbeilagen beachten, j Je nach behandelnder bakteriellen Infektion unterschiedlich |
| Schnupfen (abschwellend) bei verstopfter Nase und Ohrendruck Zum Befeuchten und Pflege, Unterstützend bei Schnupfen | Xylometazoli Dexpantherol, Hyaluronsäure und Meersalz | Rhin-X Xylo Axapharm (Otrivin Schnupfen) Triomer 3Plus | 1 x Sprühstoss pro Nasenloch, max. 3x täglich, letzte Anwendung vor dem Schlafengehen Mehrere Male täglich 1 Sprühstoss pro Nasenloch |
| Übelkeit, Erbrechen | Domperidon | Domperidom (orig. Motilium) | Schmelztablette, 10 mg, bis 3x täglich |
| Bauchkrämpfe | Butylscopolaminiumbromid | Buscopan ® | 10mg 1-3x täglich |
| Husten schleimlösend tagsüber | Acetylcystein | Flumucil Braue 600mg Flumucil Lutschtab. 200mg | 3 Tabl. und/oder 1-2 Brausetabletten mit viel Flüssigkeit, nur bis zum frühen Nachmittag nehmen |
| Augentropfen befeuchtend, bei trocken und gereizten Augen. Sofortige Linderung und langanhaltende Feuchtigkeit. | 0.15% Natriumhyaluronat, 0.5% Extrakt aus Malvenblüten | Visiodoron Malva Augentropfen | bei Bedarf 1-2 Tropfen in jedes Auge eintropfen. |
| Ohrenschmerzen infolge Durchzuges, kaltem Wind, bei Erkältungskrankheiten, Grippe, Gehörgangsschmerzen | Chamomilla Mercurius solubilis Hahnemanni Sulfur | Similasan Ohrentropfen Homöopathisch | mehrmals täglich 3 bis 5 Tropfen ins schmerzende Ohr. |

Gruppenapotheke_Basisliste

Stand:30.08.2024

Sonstiges

SAM Splint Schiene
Leukotape[®] classic 3,75cm
Elastische Binden 4cm
Splitterpinzette
Fixomull[®]

Dreieckstuch
Sterile Gazen
Pflaster gross
Wundversorgung
Einweghandschuhe
Fiebermesser
Einwegspritze/-Kanüle

Fixation
Stützverband für Gelenke, Improvisation aller Art
Deckverband oder Druckverband
Entfernen von spitzigen Gegenständen
Stretch Pflasterverband zur vollflächigen Fixierung von Wundauflagen,
insbesondere an Gelenken, bewegten Körperpartien
Fixation
Wundauflage
Konventionelle Abdeckungen, Blasenpflaster
Steristrip[®] bei sauberen Wunden und Schnittwunden
Eigenschutz