

**Wundpflege**

Medikament	Wirkstoff	Wofür/Wogegen?	Dosierung/ Anwendung	Hinweise
Betadine	Povidon-Iod	Haut-, Schleimhaut- und Wunddesinfektion (Auch Brandwunden, Hautrisse + Schürfwunden) Bakterielle, Pilz- und virale Hautprobleme.	Auf die Stelle auftropfen, 2-3 Minuten einwirken lassen.	
Mycolog	Fluocinonid, Gramicidin, Neomycin, Nystatin	Entzündliche, juckende oder allergische, mit Bakterien und/oder Hefepilzen infizierte Hautprobleme	1-3 x tgl. nicht länger als 1-2 Wochen am Stück.	
Fenipic Plus	Lidocain hydrochlorid, Diphenhydramin hydrochlorid, Benzalkonium chlorid, Levomenthol, Dexpanthenol	Insektenstiche. Juckende und allergische Hauterkrankungen, kleinflächiger Sonnenbrand, Reizungen durch Pflanzen, Quallenverbrennungen.	Mehrmals täglich auftragen.	Keine Grossflächige Anwendung

**Magen-Darm**

Medikament	Wirkstoff	Wofür/Wogegen?	Dosierung/ Anwendung	Hinweise
Loperamid Mepha	Loperamid	Durchfall	Initial 4 mg, dann 2 mg nach jedem ungeformten Stuhl; max. 16 mg tgl.	Nicht anwenden, wenn ein bakterieller Ursprung vermutet wird.
Motilium	Domperidon	Völlegefühl, Übelkeit und Erbrechen	3 x täglich 1 Tablette auf der Zunge zergehen lassen. Max. 3 Tabletten	Evtl. 15-30 min vor dem Essen einnehmen. Auch gut bei Migräne gegen Übelkeit und um Wirksamkeit Dafalgan zu verbessern.
Itinerol B6	Meclozin, Pyridoxin, Coffein	Nausea, Erbrechen, Reiseübelkeit	1-4 Kaps. tgl. Reisekrankheit: 1 h vor Abreise. 1 Kaps. tgl.	Je nach Wirksamkeit Motilium.
Normolytoral	NaCl, KCl, Glucosum, Na-Citrat	Oralen Elektrolyt- und Flüssigkeitszufuhr bei akutem Durchfall	Inhalt eines Sachets in 200 ml Wasser auflösen. Bis zu 40ml/kg trinken in 24h.	Mischungsverhältnis genau einhalten. Nicht unverdünnt einnehmen! Auch Isostar u.a. isotonische Getränke gut.
Buscopan	Scopolamin butylbromid	Krämpfe des Magen-Darm-Traktes	3-5 x täglich 1-2 Dragées einnehmen.	
Pantoprazol 40mg	Pantoprazol	Bei Sod-/Magenbrennen	1 x täglich (am besten morgens) 30 min vor dem Essen einnehmen.	Vorzugsweise während 2-3 Tagen anwenden für optimale Wirksamkeit. (Z.B. wenn man weiss, dass scharfes Essen Sodbrennen verursachen wird im Vorhinein nehmen.)

**Atemwege**

Medikament	Wirkstoff	Wofür/Wogegen?	Dosierung/ Anwendung	Hinweise
Triofan Schnupfen	Xylometazolin hydrochlorid, Carbocistein	Verstopfte/laufende Nase, Stirn-/Nebenhöhlenentzündung.	3-4 x täglich 1 Hub in jedes Nasenloch	Nicht länger als 1 Woche am Stück anwenden!
Ceteco	Cetirizin	Heuschnupfen, Allergien (auch bei „heftigen“ Mückenstichen)	1 Tablette abends (könnte Müde machen).	Evtl. aufteilen auf je morgens und abends ½ Tablette
MebuCherry	Lidocain, Cetrimonium bromid, Tyrothricin	Entzündungen im Mund-/Rachenraum, Halsschmerzen	1 Tablette alle 2-3h, max. 12 Tabletten/Tag	In „tablettenfreien“ Zeit GeloRevoice benutzen.
GeloRevoice	-	Halsschmerzen, Heiserkeit, trockener Hals, Reizhusten	Bei Bedarf.	
Gächter Hustendragees	Codein, Ephedrin, Thymi extr. sicc	Reizhusten, Husten ohne Auswurf	1-4 x /Tag eine Tablette einnehmen.	Am besten vor dem Schlafen verwenden, viel trinken!
Bepanthen Nasensalbe	Dexpanthenol	Trockenen Nasenschleimhaut, gerötete Nasenlöcher	1-3 x täglich anwenden.	

**Infektionen**

Medikament	Wirkstoff	Wofür/Wogegen?	Dosierung/ Anwendung	Hinweise
Azithromycin 500mg	Azithromycin	Antibiotikum gegen Reisedurchfall (1. Wahl) mit Fieber oder Blut im Stuhl; Atemwegsinfektionen (Bronchitis, Lungen-, Stirnhöhlen-, Rachen-, Mandelentzündung), Ohrenentzündung, Haut- und Wundinfektionen.	1 x täglich während 3 Tagen einnehmen. 1h vor oder 2h nach dem Essen!	Bei leichtem Reisedurchfall muss kein Antibiotikum genommen werden. Wenn möglich 7 Tage direktes Sonnenlicht meiden wegen möglichen Lichtempfindlichkeitsreaktionen.
Ciprofloxacin 500 mg	Ciprofloxacin	Antibiotikum bei Lungenentzündung, Reisedurchfall.	2 x täglich 1 Tablette einnehmen während 7-10 Tagen (bis absolute Symptombfreiheit!)	Bei Durchfall 1. Wahl Azithromycin
Tobradex	Dexamethason, Tobramycin	Antibiotikum bei Augenentzündungen mit Infektionsgefahr	4-6 x täglich 1-2 Tropfen in das betroffene Auge geben. Min. 1 Tag nach Symptombfreiheit weiterbenutzen!	Bei Verletzter Hornhaut nicht anwenden!
Monuril	Fosfomycin	Antibiotikum gegen Harnwegsinfektion	Einmalig 1 Btl. Inhalt in einem Glas Wasser auflösen; 2-3h vor oder nach dem Essen, vorzugsweise abends nach Blasenentleerung.	Wenn möglich nach Einnahme nicht mehr auf die Toilette gehen für optimale Wirksamkeit.
Fluconazol 150 N	Fluconazol	Vaginaler Pilzbefall	Einmalig eine Tablette einnehmen.	
Malarone	Atovaquon (250mg), Proguanil (100mg)	Prophylaxe und Therapie der Malaria	Prophylaxe: 1-2 Tage vor und 7 Tage nach Krüger Nationalpark Therapie: Während 3 aufeinanderfolgenden Tagen 1 x täglich 4 Tabletten einnehmen.	Immer zur etwa gleichen Zeit mit Nahrung einnehmen. Bei Erbrechen innert 1h nach Tabletteneinnahme, erneut 4 Tabletten einnehmen!

**Schmerzen und Fieber**

Medikament	Wirkstoff	Wofür/Wogegen?	Dosierung/ Anwendung	Hinweise
Irfen 400mg	Ibuprofen	Schmerzen, Fieber, Entzündung	Max. 3 Tabletten täglich bei Bedarf (6-8h Dosierungsintervall).	Dafalgan und Irfen abwechseln. In tropischen Gegenden wegen Blutverdünnender Eigenschaft nicht anwenden (dann Dafalgan verwenden)
Dafalgan 1000 mg	Paracetamol	Schmerzen, Fieber	Max. 4 Tabletten täglich bei Bedarf. (4-6h Dosierungsintervall)	(nicht entzündungshemmend!)
Sumatriptan	Sumatriptan	Migräneanfall	Bei ersten Anzeichen von Migräne 1 Tablette einnehmen. Aber auch später wirksam.	

**Sonstiges**

Medikament	Wirkstoff	Wofür/Wogegen?	Dosierung/ Anwendung	Hinweise
Micropur	Natriumsilberchlorid-komplex	Wasserdesinfektion für klares Wasser	1 Tablette auf 1 Liter Wasser geben, 10 min. Warten und dann kräftig Schütteln und 20 min wirken lassen. Nur bei klarem Wasser anwendbar!	Keine metallischen (Alu, Edelstahl) Trinkflaschen bzw. Kanister verwenden, da chemische Reaktionen ausgelöst werden könnten. Bei sehr kaltem Wasser oder bei Verdacht auf Giardia-Zysten-Wasser erst nach 2 h Einwirkzeit trinken.
Nadeln		<b>Rosa:</b> Um Flüssigkeiten IN die Spritze aufzuziehen <b>Braun:</b> Subkutan ( <i>unter die Haut</i> ) <b>Blau:</b> Intravenös ( <i>in die Vene</i> ) und intramuskulär ( <i>in den Muskel</i> )		Zuerst die rosa Nadel verwenden um Flüssigkeiten aufzuziehen, dann Nadel wechseln.
Anti-Brumm	DEET (N,N-Diethyl-m-toluamid)	Mücken-/Insektenschutz	Auf die Haut oder auf Textilien wie Baumwolle und Wolle gleichmässig und lückenlos auftragen. Schutz für 8-12h (Anwendung rechtzeitig wiederholen!)	Frühestens 20 Minuten nach dem Auftragen der Sonnencreme anwenden.
Gly-Coramin	Nicethamid (125 mg), Glucose-1-Wasser	Schwäche, Kraftlosigkeit, Ermüdung. Bei Höhenkrankheit.	Bis zu 10 x täglich 1 Lutschtablette.	