



Wichtige Reiseunterlagen:

Checklisten für
Ihre Reiseapotheke

ratiopharm

Gute Preise. Gute Besserung.





**INFORMATIV
UND PRAKTISCH**
mit Checklisten
zum Raustrennen
für unterwegs

Einleitung 3

Die wichtigsten Regeln 4

Meine wichtigsten Daten für den Notfall 5

Erste Hilfe für alle Fälle: Notfallnummern 6

Checkliste: Strand- und Badeurlaub 7

Checkliste: Familienurlaub 9

Checkliste: Rund- und Städtereise 11

Checkliste: Aktivurlaub (z. B. Wandern/Skitahren) 13

Meine eigenen Checklisten 15

Produkt-Tipps für Ihre Reiseapotheke 19



Inhalt

2



Eine Reiseapotheke gehört in jedes Gepäck!

Liebe Reisende,

mehr als 40 Prozent der Deutschen fahren ohne Reiseapotheke in den Urlaub.¹ Leichtsinig, wenn man bedenkt, dass gerade im Urlaub jeder Dritte krank wird.² Die wichtigsten Regeln fürs Packen der Reiseapotheke sowie Checklisten für verschiedene Urlaubsarten haben wir hier für Sie zusammengestellt.³ Da die Reiseapotheke immer nach individuellen Bedürfnissen gepackt werden muss, enthält die Broschüre Freiseiten und genügend Raum für eigene Notizen.

Bei Fragen zum Thema Reiseapotheke hilft Ihnen Ihre Apotheke gerne weiter!

ratiopharm wünscht Ihnen eine gute Reise



¹ Studie des Marktforschungsinstituts GfK im Auftrag von ratiopharm, n = 974 Männer und Frauen ab 14 Jahren, April 2013

² Umfrage des Forsa-Instituts im Auftrag der DAK, n = 1.000 Personen, Mai 2010

³ Bitte beachten Sie, dass es sich bei den Checklisten um Vorschläge handelt, eine umfassende Beratung muss in der Apotheke erfolgen.

Die wichtigsten Regeln



- ▶ Die Reiseapotheke ist individuell und muss jedes Mal entsprechend dem Reiseziel, der Reisedauer, der Reiseart und den individuellen Bedürfnissen zusammengestellt werden.
- ▶ Reiseapotheke vor Reiseantritt packen, denn es ist oft nicht einfach, in einer ungewohnten Sprache deutlich zu machen, wo der Schuh drückt.
- ▶ Verfallsdatum checken und abgelaufene Arzneimittel ersetzen. Bei Flüssigkeiten und Salben gilt das Datum nur für ungeöffnete Packungen.
- ▶ Beipackzettel immer mitnehmen, um die richtige Anwendung nachlesen zu können. **PLATZSPAR-TIPP:** Beipackzettel mit einem Gummiband um die Medikamente wickeln.
- ▶ Medikamente in ausreichender Menge mitnehmen, da nicht sicher ist, dass es überall die gewohnten und bewährten Arzneimittel gibt. Das gilt besonders für Medikamente, die dauerhaft genommen werden müssen.
- ▶ Auf die Zeitverschiebung achten, da einige Medikamente nur wirken, wenn der Einnahme-Rhythmus streng eingehalten wird.
- ▶ Schutz vor Wärme und Feuchtigkeit – eine geeignete Aufbewahrung verhindert, dass sich die Wirksamkeit der Präparate in der Reiseapotheke verändert.
- ▶ Bei Flügen die Dauermedikation ins Handgepäck nehmen, falls etwas verloren geht. Denken Sie daran, Medikamente an der Sicherheitskontrolle separat vorzulegen und deren Notwendigkeit z. B. über ein ärztliches Attest nachzuweisen.
- ▶ Einfuhrbestimmungen beachten. Detaillierte Hinweise gibt es beim Auswärtigen Amt (www.auswaertiges-amt.de).
- ▶ Rechtzeitig den Impfschutz prüfen, denn vor allem auf Fernreisen bestehen teilweise hohe gesundheitliche Risiken. Ansprechpartner ist der Hausarzt. Immer auch den Impfausweis mitnehmen.
- ▶ Kopie von Reiseunterlagen und Pass anfertigen und getrennt von den Originalen, z. B. im Koffer, aufbewahren.

5

hier abtrennen

Meine wichtigsten Daten für den Notfall



Name

Straße Street

Ort City

Land Country

Geburtsdatum Date of Birth

Blutgruppe Blood Type

Ich bin allergisch gegen folgende Wirkstoffe
I am allergic to these agents

**Im Falle eines Notfalls bitte folgende Personen be-
nachrichtigen/In case of emergency please contact**

Name

Telefonnummer Telephone Number

Hausarzt Family Physician

Name

Telefonnummer Telephone Number



hier abtrennen

Erste Hilfe für alle Fälle: Notfallnummern



Telefonnummern im Krankheitsfall:

Internationales Rotes Kreuz	+41 (0) 227 30 2 22
Deutsche Rettungswacht	+49 (0) 711 70 10 70
DRF Luftrettung	+49 (0) 711 70 10 70
Giftnotruf (24-Std-Notfallberatung)	+49 (0) 301 92 40
Handy-Notfallnummer zur Ortung (nur in Deutschland)	0800 668 363

Hausarzt:

Auslandskrankenversicherung:

im Ausland

Zentralruf der Autoversicherer	+49 (0) 18 02 50 26
ADAC (Zentrale, 24-Stunden-Service)	+49 (0) 89 22 22 22

Auswärtiges Amt

Zentrale Nummer (24-Stunden-Service) ...	+49 (0) 30 18 170
Bürgerservice	+49 (0) 30 18 17 20 00

Bank-Karte weg?

Zentraler Sperrnotruf für EC-, Maestro- und Kreditkarten	+49 (0) 18 05 021 021
Zentrale Nummer für Kreditkarten	+49 116 116

Handy weg?

SIM-Karte sperren lassen (Nummer meines Anbieters):

Notrufnummern der wichtigsten Urlaubsländer

112 gilt in sehr vielen Ländern als einheitliche Notrufnummer für Polizei und Notarzt: Dänemark, Deutschland, Frankreich, Griechenland, Großbritannien, Italien, Niederlande, Österreich, Portugal, Schweden, Spanien

Weitere Notrufnummern:

USA, Kanada: Polizei und Notarzt **911**; Norwegen: Polizei **112**, Notarzt **113**;
Schweiz: Polizei **117**, Notarzt **114**; Türkei: Polizei **115**, Notarzt **112**

7

hier abtrennen

Checkliste Strand- und Badeurlaub*



Grundausrüstung



- Mittel gegen Fieber und Kopfschmerzen
- Medikamente gegen Magen-Darm-Probleme (Verstopfung, Durchfall und Sodbrennen)
- Präparate gegen Hautirritationen wie Insektenstiche, Sonnenbrand und allergische Reaktionen
- Lutschpastillen gegen Halsschmerzen und Mundtrockenheit
- Ein abschwellendes Nasenspray
- Mullbinden, Verbandspäckchen, Pflaster, Fieberthermometer, Schere und Pinzette
- Dauermedikation (z. B. Blutdrucktabletten, Anti-Baby-Pille)

Spezialausstattung

- Pflegendes Nasenspray zur Befeuchtung trockener Schleimhäute z. B. durch Klimaanlage
- Nach einem Schwimmbadbesuch kann eine Creme gegen Fußpilz nötig sein
- Gegen Herpes (z. B. UV-bedingt) eine Lippenherpescreme
- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor

* Bitte beachten Sie, dass es sich bei der Checkliste um Vorschläge handelt, eine umfassende Beratung muss in der Apotheke erfolgen.

Tipp

für schöne Sommerfüße:

Denken Sie bei Nagelpilz an eine frühzeitige Behandlung mit einem speziellen Nagellack.





8

hier abtrennen

Notizen



ratiopharm

Gute Preise. Gute Besserung.





hier abtrennen

Checkliste Familienurlaub*



Achtung: Bitte beachten Sie, dass Kinder spezielle auf das Alter angepasste Medikamente benötigen. Bei der Auswahl berät Sie Ihre Apotheke. Bei Säuglingen die Reiseapotheke immer in Rücksprache mit dem Kinderarzt zusammenstellen.

Grundausrüstung für Familien

- Medikamente gegen Verstopfung und Durchfall
- Präparate gegen Hautirritationen wie Insektenstiche, Sonnenbrand und allergische Reaktionen
- Eine desinfizierende Salbe zur Versorgung von offenen Wunden sowie eine Wundheilcreme
- Lutschpastillen gegen Halsschmerzen und Mundtrockenheit
- Ein schleimlösendes Mittel bei festsitzendem Husten
- Mullbinden, Verbandspäckchen, Pflaster, Fieberthermometer, Schere und Pinzette
- Dauermedikation (z. B. Blutdrucktabletten, Anti-Baby-Pille)

Speziell für Erwachsene

- Schmerzmittel gegen Fieber und Kopfschmerzen
- Mittel gegen Sodbrennen
- Nach einem Schwimmbadbesuch kann eine Creme gegen Fußpilz nötig sein
- Ein abschwellendes Nasenspray
- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor

Speziell für Kinder

- Dem Alter entsprechende Präparate gegen Schmerzen und Fieber
- Ein abschwellendes Nasenspray speziell für Kinder
- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor speziell für Kinderhaut

* Bitte beachten Sie, dass es sich bei der Checkliste um Vorschläge handelt, eine umfassende Beratung muss in der Apotheke erfolgen.



10

hier abtrennen

Notizen

Lined area for notes with 15 horizontal dashed lines.

ratiopharm

Gute Preise. Gute Besserung.

Checkliste



Rund- und Städtereise* (Hotel)

Grundausrüstung

- Mittel gegen Fieber und Kopfschmerzen
- Medikamente gegen Magen-Darm-Probleme (Verstopfung, Durchfall und Sodbrennen)
- Präparate gegen Hautirritationen wie Insektenstiche, Sonnenbrand und allergische Reaktionen
- Lutschpastillen gegen Halsschmerzen und Mundtrockenheit
- Ein abschwellendes Nasenspray
- Mullbinden, Verbandspäckchen, Pflaster, Fieberthermometer, Schere und Pinzette
- Dauermedikation (z. B. Blutdrucktabletten, Anti-Baby-Pille)

Spezialausstattung

- Tabletten gegen Reiseübelkeit (z. B. bei langen Busfahrten)
- Pflegendes Nasenspray zur Befeuchtung trockener Schleimhäute (z. B. durch Klimaanlage)

* Bitte beachten Sie, dass es sich bei der Checkliste um Vorschläge handelt, eine umfassende Beratung muss in der Apotheke erfolgen.



12

hier abtrennen

Notizen

Lined area for notes with 15 horizontal dashed lines.

ratiopharm

Gute Preise. Gute Besserung.

Checkliste



Aktivurlaub* (z. B. Wandern / Skifahren)

Grundausrüstung

- Mittel gegen Fieber und Kopfschmerzen
- Medikamente gegen Magen-Darm-Probleme (Verstopfung, Durchfall und Sodbrennen)
- Präparate gegen Hautirritationen wie Insektenstiche, Sonnenbrand und allergische Reaktionen
- Lutschpastillen gegen Halsschmerzen und Mundtrockenheit
- Ein abschwellendes Nasenspray
- Mullbinden, Verbandspäckchen, Pflaster, Fieberthermometer, Schere und Pinzette
- Dauermedikation (z. B. Blutdrucktabletten, Anti-Baby-Pille)



Spezialausstattung

- Eine desinfizierende Salbe zur Versorgung von offenen Wunden sowie ein Wundheilmittel
- Eisspray zur Sofortbehandlung akuter Schmerzen (Prellung, Verstauchung)
- Schmerzgel
- Ein Insektenspray zum Schutz vor Mücken
- Blasenpflaster
- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor



* Bitte beachten Sie, dass es sich bei der Checkliste um Vorschläge handelt, eine umfassende Beratung muss in der Apotheke erfolgen.

14

hier abtrennen

Notizen

Lined area for notes with 15 horizontal dashed lines.

ratiopharm

Gute Preise. Gute Besserung.

Meine eigene Checkliste

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

16

hier abtrennen

Notizen

A large white rectangular area with a folded bottom-left corner, containing 15 horizontal dashed lines for writing notes.

ratiopharm

Gute Preise. Gute Besserung.

Meine eigene Checkliste

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

18

hier abtrennen

Notizen

A large white rectangular area with a folded bottom-left corner, containing 15 horizontal dashed lines for writing notes.

ratiopharm

Gute Preise. Gute Besserung.

Produkt-Tipps für Ihre Reiseapotheke

Magen-Darm-Probleme



Bei Verstopfung

Bei Verstopfung können sogenannte Laxantien (abführende Mittel) helfen (z. B. Laxans-ratiopharm® 7,5 mg/ml Pico Tropfen zum Einnehmen). Sie erhöhen die Menge an Flüssigkeit im Dickdarm und regen die natürliche Darmbewegung an, so dass sich der Stuhldrang nach zehn bis zwölf Stunden einstellt. Durch ihre gezielte Wirkung im Dickdarm sind sie schonend für den Magen.

Laxans-ratiopharm® 7,5 mg/ml Pico Tropfen zum Einnehmen, Lösung Wirkstoff: Natriumpicosulfat. Anwendungsgebiete: Zur Anwendung bei Verstopfung sowie bei Erkrankungen, die eine erleichterte Stuhlentleerung erfordern. Wie andere Abführmittel sollte dieses Arzneimittel ohne differenzialdiagnostische Abklärung nicht täglich oder über einen längeren Zeitraum eingenommen werden. **Warnhinweis:** Enthält Sorbitol! Apothekenpflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 5/14.



Bei Durchfall

Ist bei Durchfall rasche Hilfe nötig, hat sich der Wirkstoff Loperamid bewährt (z. B. in Loperamid-ratiopharm® akut) – er hemmt die krankhaft erhöhte Bewegung des Darms und stoppt so Durchfall.

Loperamid-ratiopharm® akut 2 mg Filmtabletten Wirkstoff: Loperamidhydrochlorid. Anwendungsgebiete: Behandlung akuter Durchfälle bei Erwachsenen und Kindern ab 12 Jahren, sofern keine kausale Therapie zur Verfügung steht. Eine über 2 Tage hinausgehende Behandlung darf nur unter ärztlicher Verordnung und Verlaufsbeobachtung erfolgen. **Warnhinweis:** Enthält Lactose! Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 2/15



Bei Sodbrennen

Tritt beispielsweise durch ungewohntes Essen Sodbrennen auf, hilft der Wirkstoff Pantoprazol (z. B. in Pantoprazol-ratiopharm®). Er lindert die Beschwerden, indem er die säureproduzierenden Pumpen des Magens hemmt.

Pantoprazol-ratiopharm® SK 20 mg magensaftresistente Tabletten Wirkstoff: Pantoprazol (als Natrium 1,5 H₂O). Anwendungsgebiete: Zur kurzzeitigen Behandlung von Refluxsymptomen (z. B. Sodbrennen, saures Aufstoßen) bei Erwachsenen. Apothekenpflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 9/15



Bei Reiseübelkeit

Im Falle von Reiseübelkeit, etwa bei langen Busfahrten, gibt es spezielle Tabletten (z. B. Reisetabletten-ratiopharm®), die gegen die typischen Beschwerden wie Übelkeit oder Schwindel auch vorbeugend helfen.

Reisetabletten-ratiopharm® 50 mg Tabletten Wirkstoff: Dimenhydrinat. Anwendungsgebiete: Vorbeugung und Behandlung von Reisekrankheit, Schwindel, Übelkeit und Erbrechen (nicht bei Chemotherapie). **Warnhinweis:** Enthält Lactose! Apothekenpflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 12/14

Produkt-Tipps für Ihre Reiseapotheke

Schmerzen

Bei Rücken- und Gelenkschmerzen sowie Sportverletzungen



Der bewährte Wirkstoff Diclofenac (z. B. in Diclo-ratiopharm® Schmerzgel) stoppt den Schmerz, indem er die Produktion der schmerzbringenden Botenstoffe hemmt. Auf die schmerzende Stelle aufgetragen, kühlt das Schmerzgel angenehm und zieht rückstandslos ein.

Diclo-ratiopharm® Schmerzgel Diclofenac-Natrium 10 mg/g Gel Wirkstoff: Diclofenac-Natrium. Anwendungsgebiete: Für Erw.: Zur äußerlichen symptomatischen Behandlung von Schmerzen, Entzündungen und Schwellungen bei: rheumatischen Erkrankungen der Weichteile (Sehnen- und Sehenscheidenentzündung, Schleimbeutelentzündung, Schulter-Arm-Syndrom, Entzündung im Muskel- und Kapselbereich), degenerativen Erkrankungen der Extremitätengelenke und im Bereich der Wirbelsäule, Sport- und Unfallverletzungen (Verstauchungen, Prellungen, Zerrungen). Anwendungsgebiet bei Jugendliche über 14 Jahren: Zur Kurzzeitbehandlung Zur lokalen, symptomatischen Behandlung von Schmerzen bei akuten Prellungen, Zerrungen od. Verstauchungen infolge eines stumpfen Traumas. **Warnhinweis:** Gel enthält (3-sn-Phosphatidyl)cholin (Soja), Sojaöl. Apothekenpflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 4/15

Bei Fieber und Kopfschmerzen



Bewährt und gut verträglich bei Kopfschmerzen ist der Wirkstoff Ibuprofen (z. B. als IBU-LYSIN-ratiopharm® 684 mg). In dieser Formulierung ist Ibuprofen mit der Aminosäure Lysin verbunden. Ibuprofen-DL-Lysin wird im Magen schneller gelöst und vom Körper rascher aufgenommen. So wird der Kopfschmerz schnell gelindert und es werden in der Regel keine weiteren Tabletten benötigt.

IBU-LYSIN ratiopharm® 684 mg Filmtabletten Wirkstoff: Ibuprofen-DL-Lysin (1:1). Anwendungsgebiete: Leichte bis mäßig starke Schmerzen wie Kopf-, Zahn-, Regelschmerzen, akute Migränekopfschmerzen mit oder ohne Aura, Fieber und Schmerzen bei Erkältung. IBU-LYSIN-ratiopharm® wird angewendet bei Kindern ab 20 kg Körpergewicht (etwa 6 Jahre), Jugendlichen und Erwachsenen. Apothekenpflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 6/14

Wenn Kinder Schmerzen und Fieber haben



Bei Schmerzen und Fieber bei Kindern empfiehlt sich der Wirkstoff Ibuprofen. Diesen gibt es als Saft und in unterschiedlichen, altersgerechten Dosierungen (z. B. als IBU-ratiopharm® 2% Fiebersaft für Kinder ab 6 Monaten und IBU-ratiopharm® 4% Fiebersaft für Kinder ab dem 1. Lebensjahr). Beide Produkte haben einen leckeren Erdbeer-Sahne-Geschmack und verfügen über eine praktische Dosierspritze, damit die Einnahme leicht fällt.

IBU-ratiopharm® 2% Fiebersaft für Kinder 100 mg/5 ml Sirup

IBU-ratiopharm® 4% Fiebersaft für Kinder 200 mg/5 ml Sirup

Wirkstoff: Ibuprofen. Anwendungsgebiete: Leichte bis mäßig starke Schmerzen, Fieber. **Warnhinweis:** Saft enthält Sacrose und Glukose! Apothekenpflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 6/15.

Produkt-Tipps für Ihre Reiseapotheke



Zur Sofortbehandlung von Prellungen und Verstauchungen

Zur Sofortbehandlung bei Sportverletzungen, z. B. nach Stürzen und Prellungen eignet sich ein Eisspray (z. B. EisSpray-ratiopharm®). Auf die betroffene Stelle aufgesprüht, lindert es akute Schmerzen und hilft Schwellungen vorzubeugen.

Haut



Gegen Nagelpilz

Zur Behandlung von Pilzinfektionen an den Nägeln kann ein wirkstoffhaltiger Nagellack (z. B. Amorolfin-ratiopharm®) eingesetzt werden. Dieser tötet eine Vielzahl von Pilzen, die Nagelinfektionen hervorrufen können.

Amorolfin-ratiopharm® 5 % wirkstoffhaltiger Nagellack Wirkstoff: Amorolfinhydrochlorid. Anwendungsgebiete: Nagelmykosen (insbesondere im distalen Bereich mit einem Befall unter 80 % der Nageloberfläche), verursacht durch Dermatophyten und Hefen. Apothekepflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 9/13.



Gegen Fußpilz

Bei einer Infizierung tötet eine spezielle Creme den Pilz ab und hemmt gleichzeitig eine Ausbreitung auf andere Hautpartien. (z. B. Fungizid-ratiopharm® EXTRA Creme). Besonders praktisch für unterwegs ist auch ein Spray (z. B. Fungizid-ratiopharm® Pumpspray).

Fungizid-ratiopharm® Creme Fungizid-ratiopharm® Pumpspray

Wirkstoff: Clotrimazol. Anwendungsgebiete: Pilzkrankungen der Haut. Hinweis: Fungizid-ratiopharm® Pumpspray nicht auf Schleimhäuten und im Genitalbereich anwenden. **Warnhinweis:** -Creme: Enthält Cetylstearylalkohol. -Pumpspray: Enthält Propylenglykol. Apothekepflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 9/14

Produkt-Tipps für Ihre Reiseapotheke

Bei Hautirritationen



Ist die Haut durch Insektenstiche, Sonnenbrand oder allergische Reaktionen gereizt, empfiehlt sich der Wirkstoff Hydrocortison (z. B. in Hydrocortison-ratiopharm® 0,5% Creme oder besonders hautschonend – da ohne Einreiben – Hydrocortison-ratiopharm® 0,5 % Spray). Hydrocortison hemmt die entzündliche Reaktion und beruhigt so die Haut.

Hydrocortison-ratiopharm® 0,5 % Creme Wirkstoff: Hydrocortison. Anwendungsgebiete: Zur Anwendung bei entzündlichen und allergischen Hauterkrankungen mit geringer Symptomausprägung, die auf eine äußerliche Therapie mit schwach wirksamen Kortikosteroiden ansprechen (max. 2 Wochen). Apothekepflichtig. **Warnhinweis:** Enthält Propylenglykol! Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 7/13.

Hydrocortison-ratiopharm® 0,5 % Spray, Spray zur Anw. auf der Haut, Lsg, f. Kdr. ab 7 J. u, Erw. Wirkstoff: Hydrocortison. Anwendungsgebiete: Zur Linderung von nicht infizierten leichten entzündlichen, allergischen oder juckenden Hauterkrankungen, die auf eine symptomatische Behandlung mit sehr schwach wirksamen Glucocorticosteroiden noch ansprechen. Dieses Arzneimittel eignet sich vorzugsweise zur Anwendung auf normaler oder fettiger Haut. **Warnhinweis:** Enthält Propylenglykol! Apothekepflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 7/13.



Bei Hautverletzungen



Besteht die Gefahr einer Infektion, sollte die Wunde mit einer desinfizierenden Salbe (z. B. PVP-Jod-ratiopharm®) versorgt werden. Eine Heilsalbe mit dem Wirkstoff Dexpanthenol (z. B. in Panthenol-ratiopharm®) unterstützt den Heilungsprozess.

PVP-Jod-ratiopharm® Salbe Wirkstoff: Polyvidon-Jod. Anwendungsgebiete: Zur wiederholten, zeitlich begrenzten oberflächlichen Anwendung bei Schnitt- und Schürfwunden, Verbrennungen und Verbrühungen, infizierten und superinfizierten Hauterkrankungen, Druck- und Unterschenkelgeschwüren (Decubitus, Ulcus cruris). Apothekepflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 12/14.

Panthenol-ratiopharm® Wundbalsam Wirkstoff: Dexpanthenol. Anwendungsgebiete: Zur Unterstützung der Heilung bei oberflächlichen, leichten Hautschädigungen. **Warnhinweis:** Enthält Kaliumsorbat, Wollwachs und Cetylstearylalkohol! Apothekepflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 11/14.

Bei Lippenherpes



Der Wirkstoff Aciclovir (z. B. in Aciclovir-ratiopharm® Lippenherpescreme) bekämpft die Verursacher von lästigem Lippenherpes, indem er die Vermehrung der Herpesviren und eine weitere Ausbreitung des Lippenherpes verhindert.

Aciclovir-ratiopharm® Lippenherpescreme Wirkstoff: Aciclovir. Anwendungsgebiete: Zur lindernden Therapie von Schmerzen und Juckreiz bei rezidivierendem Herpes labialis (häufig wiederkehrende, durch Herpes-simplex-Viren verursachte Lippenbläschen). **Warnhinweis:** Enthält Propylenglycol, Cetylstearylalkohol! Apothekepflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 5/14

Produkt-Tipps für Ihre Reiseapotheke

Erkältung



Bei festsitzendem Hustenschleim

Wenn das Abhusten schwer fällt, kann der Wirkstoff Ambroxol (z. B. in Ambro-ratiopharm® 6 mg/ml Lösung zum Einnehmen) die Selbstreinigung der Atemwege unterstützen, indem er zähes Sekret verflüssigt. Zur passgenauen Dosierung ist das Präparat mit einer einfach zu handhabenden Dosierpipette ausgestattet.

Ambro-ratiopharm® 6 mg/ml Lösung zum Einnehmen Wirkstoff: Ambroxolhydrochlorid. Anwendungsgebiete: Bei Erwachsenen und Kindern über 2 Jahren zur schleimlösenden Therapie im Rahmen der Behandl. von Atemwegserkrank., die mit abnormer Schleimsekretion und -transportstörungen einhergehen, die die Mukussekretion und -clearance beeinträchtigen. Apothekenpflichtig. Warnhinweis: Lösung enthält Sorbitol! Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 7/15.



Bei Schnupfen und zur Pflege von trockenen Nasenschleimhäuten

Nasensprays ohne Konservierungsmittel befreien die Nase und lassen die Schleimhäute abschwellen, ohne dass diese zusätzlich austrocknen (z. B. NasenSpray-ratiopharm® Erwachsene oder niedriger dosiert für kleine Schnupfennasen: NasenSpray-ratiopharm® Kinder).



Neigen die Nasenschleimhäute beispielsweise durch den Aufenthalt in klimatisierten Räumen zum Austrocknen, empfiehlt sich ein pflegendes Nasenspray mit dem Wirkstoff Dexpanthenol (z. B. NasenSpray PUR-ratiopharm® PLUS ohne Konservierungsmittel).

NasenSpray-ratiopharm® Erwachsene, NasenSpray-ratiopharm® Kinder Wirkstoff: Xylometazolinhydrochlorid. Anwendungsgebiete: Zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen, bei anfallsweise auftretendem Fließschnupfen, allergischem Schnupfen. Zur Erleichterung des Sekretabflusses bei Nasennebenhöhlenentzündungen sowie bei Tubenmittelohrkatarrh in Verbindung mit Schnupfen. -NasenSpray Erwachsene ist für Erwachsene und Schulkinder. -NasenSpray Kinder ist für Kinder zwischen 2 und 6 Jahren bestimmt. Apothekenpflichtig. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 7/14

NasenSpray PUR-ratiopharm® PLUS Zur Anwendung bei Erwachsenen, Kindern und Säuglingen Anwendungsgebiete: Befeuchtung der trockenen Nasenschleimhaut bei: trockener Luft z. B. in beheizten oder klimatisierten Räumen, Schnupfen. Reinigung der Nasenhöhle von z. B. Staub, Pollen, Allergenen oder trockenen Krusten und Sekreten. Sanfte Pflege der wunden Nasenschleimhaut mit Dexpanthenol. Begleitende Behandlung von Entzündungen der Nasenschleimhaut mit verstopfter Nase und/oder Schnupfen (z. B. Erkältungsschnupfen, allergischer Schnupfen). Dieses Spray enthält keine Konservierungsmittel oder Treibgas. Medizinprodukt. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 8/09.



Weitere informative ratiopharm Broschüren stehen im Internet unter www.ratiopharm.de zum Download bereit.

Apothekenstempel

ratiopharm GmbH, 89070 Ulm, www.ratiopharm.de

Mat.-Nr. 248035

