

Gut ausgestattet ist gut **versorgt**

Mal Hand aufs Herz: Wann haben Sie zum letzten Mal Ihre eigene **Hausapotheke** gründlich gecheckt? Das ist schon eine Weile her? Sehen Sie, Ihren Kunden geht es genauso.

Eine gute Hausapotheke wird nicht irgendwann einmal angeschafft und „wartet“ dann auf den Notfall. Böse Überraschungen kann es nämlich geben, wenn im Falle einer Verletzung das Pflaster nicht mehr klebt oder die Wundsalbe eingetrocknet ist. Sprechen Sie Ihre Kunden einfach mal an, ob sie für kleinere Unfälle im Haus wirklich gut gerüstet sind. Sie werden feststellen, dass einige Haushalte gar nicht erst über eine Hausapotheke oder einen Arzneimittelschrank verfügen. Hier sollten Sie aufklären!

Es gibt keine allgemein gültige Ausstattung für diesen Nothelfer. Basisversorgungsmittel, wie Pflaster, Mullbinden, Klebeband, Schere, Fieberthermometer oder eine Wärmflasche, gehören in jedem Falle zur Grundausstattung. Zu empfehlen sind auch Arzneimittel für immer wiederkehrende Beschwerden, wie zum Beispiel Erkältungssymptome. Jedoch gibt es natürlich sehr individuelle Aspekte bei der Zusammenstellung der Hausapotheke. Sie richtet sich nach den persönlichen Bedürfnissen Ihres Kunden. Versorgt die Reiseapotheke zum Beispiel eine Großfamilie, einen

Singlehaushalt, einen Sportler oder ein reiselustiges Rentnerhepaar? Oder gibt es individuelle Vorlieben zum Beispiel für Homöopathie? Für einen schnellen Überblick recherchieren Sie doch einfach einmal unter <http://de.wikipedia.org> den Begriff „Hausapotheke“. Hier können Sie für sich und Ihren Kunden auch das gleich lautende Merkblatt vom Deutschen Apothekerverlag herunterladen.

Checkliste Hausapotheke Was gehört hinein, was muss regelmäßig gecheckt werden? Nachfolgend finden Sie eine Reihe hilfreicher Links, die Sie ausführlich informieren. Geben Sie diese ruhig auch an Ihre Kunden weiter.

www.onmeda.de/ratgeber/erste_hilfe/hausapotheke.html enthält ebenfalls eine umfangreiche Checkliste.

www.meine-gesundheit.de/171.0.html – Hier bekommen Sie allgemeine Tipps zur Aufbewahrung und Überprüfung der Hausapotheke.

[www.buchoffizin.de/suche.html?tx_crondavcommerce_pi\[search\]=hausapotheke](http://www.buchoffizin.de/suche.html?tx_crondavcommerce_pi[search]=hausapotheke) – Sie erhalten eine lange Liste mit Buchempfehlungen zum Thema für jeden Geschmack und Anspruch.

Kennen Sie das Portal <http://arzneimittelscout.de>? Es wird vom Bundesverband der Arzneimittelhersteller angeboten und richtet sich



© Y2 / www.fotolia.com

gezielt an Patienten und Verbraucher, die im Bereich der Selbstmedikation nach Informationen und Hilfestellung suchen. Allerdings sollten Sie darauf hinweisen, dass nicht nur im Unsicherheitsfall der Weg zu Ihnen in die Apotheke viele Fragen beantworten kann.

Bestimmte Arzneimittel sind nach dem Öffnen nur begrenzt haltbar sind. Ebenfalls gibt es Beratungsbedarf, dass vom Arzt verordnete, rezeptpflichtige Arzneimittel erst gar nicht in die Hausapotheke gelangen sollten. Schließlich sollten zum Beispiel Antibiotika ohne ärztlichen Rat nicht erneut eingenommen werden.

Vorsicht ist geboten Der Griff in die Hausapotheke sollte nicht zur Gewohnheit werden. Mittel aus der Selbstmedikation, wie zum Beispiel Abführmittel, Schnupfensprays oder

Schlafmittel, können süchtig machen. Hier sollten Sie als PTA alternative Behandlungsmethoden aufzeigen oder den Gang zum Arzt empfehlen.

Kinderhausapotheke Suchen Sie auf der Homepage der Zeitschrift „Pharmazeutischen Zeitung“ **www.pharmazeutische-zeitung.de** unter „Archiv, Ausgabenübersicht“ in der Ausgabe 27/2010 den Artikel „Notfallmedizin, Kinderunfälle in Haushalt und Freizeit“. Hier gibt es Informationen, was in die Hausapotheke für Kinder hineingehört.

Weitere nützliche Links, wenn es um die Erstversorgung von Kindern im Haushalt geht:

www.kindergesundheit-info.de/fuer-eltern/wenndaskindkrankist/gutzuwissen/kinderhausapotheke

www.rund-ums-baby.de/gesundheits_baby/hausapotheke.htm

www.netdokter.de/Medikamente/Rund-ums-Medikament/Hausapotheke-Erste-Hilfe-aus-10653.html

Entsorgung von Medikamenten

In Gemeinden, in denen Restmüll verbrannt wird, können Altmedikamente in den Hausmüll gegeben werden. Kreis- oder Stadtverwaltungen geben Auskunft. Weisen Sie Ihre Kunden außerdem darauf hin, dass Arzneimittel niemals in die Toilette gehören. Quecksilberhaltige Fieberthermometer sowie leere Dosier-Aerosoldosen dürfen auf keinen Fall mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden.

Solchermaßen gerüstet muss niemand mehr Angst vor kleinen Verletzungen haben. Die Hausapotheke – mit Ihrer Beratung kann sie beste erste Hilfe leisten. ■

*Barbara Schulze-Frerichs, PTA /
Ursula Tschorn, Apothekerin*