

## Was gehört NICHT in die Hausapotheke

Es ist wichtig, dass Sie in Ihrer Hausapotheke nur das lagern, was Sie benötigen. Kosmetika, Farben, Lebensmitteln oder Chemikalien gehören hier nicht hin, da sie die Wirkung der Arzneimittel beeinträchtigen können. Auch Batterien und Insektenmittel haben in Ihrer Hausapotheke nichts verloren.

### **Tipp:** Ein Hausapotheken-Verantwortlicher

Wir empfehlen, dass eine Person in Ihrer Familie die Verantwortung für die Hausapotheke übernimmt. So haben Sie stets den Überblick darüber, was noch vorhanden ist und was ersetzt werden muss. Diese Person ist auch dafür zuständig, die Haltbarkeit der Arzneimittel zu überprüfen.

## Heute ist Hausapotheken-Check-Tag

Markieren Sie sich am besten im Kalender einen fixen Tag im Jahr, an dem Sie Ihre Hausapotheke durchforsten. Entsorgen Sie abgelaufene Medikamente umgehend. Abgelaufene Arzneimittel sollten Sie auf keinen Fall verwenden! Bringen Sie diese Arzneimittel in die Apotheke – wir entsorgen sie für Sie. Falls Fragen auftauchen oder Sie bei bestimmten Medikamenten hinsichtlich Haltbarkeit unsicher sind, können Sie jederzeit bei uns nachfragen – wir sind hier, um Ihnen zu helfen!

## Wie lange sind Medikamente haltbar

Achten Sie bei der Verwendung von Medikamenten unbedingt auf das Ablaufdatum. Das Ablaufdatum ist auf der Außenverpackung und auf der Innenverpackung aufgedruckt. Der Hinweis auf die Haltbarkeit lautet: Verwendbar bis. **Verwenden Sie niemals abgelaufene Arzneimittel!** Sie zeigen nicht mehr die gewünschte Wirkung. Bei Augentropfen, die einmal geöffnet wurden, sowie bei konservierungsfreien Cremes und Salben besteht außerdem die Gefahr, dass sich im Laufe der Zeit Bakterien und Pilze ansammeln. Überprüfen Sie deshalb regelmäßig die Verpackungen und

nehmen Sie das Ablaufdatum ernst. **Das Ablaufdatum steht immer sowohl auf der Außen- als auch auf der Innenverpackung.**

## Ihre Gesundheit, unser Anliegen

Jede Familie hat unterschiedliche Bedürfnisse, wenn es um Gesundheit geht. Daher ist es wichtig, dass Sie Ihre Hausapotheke auf Ihre Bedürfnisse anpassen. Wir sind für Sie da, um Fragen zu klären und helfen Ihnen, die nötigen Medikamente und Materialien auszuwählen. Damit Sie und Ihre Familie gut vorbereitet sind.

### **Tipp:** Nutzen Sie Ihren persönlichen Gutschein

Diese Information ist gleichzeitig Ihr Gutschein für eine persönliche Beratung in Ihrer Apotheke. Bei einem Gespräch mit Ihrem Apotheker oder Ihrer Apothekerin erfahren Sie alles Wichtige zur Hausapotheke. Gemeinsam stellen wir sicher, dass Sie und Ihre Liebsten bestens versorgt sind!

Haben Sie noch Fragen zu Ihrer Hausapotheke oder benötigen Sie weitere Informationen? Kontaktieren Sie uns einfach! Oder besuchen Sie uns vor Ort in Ihrer Salzburger Apotheke – wir freuen uns darauf, Ihnen kostenlos in dieser aufregenden Zeit mit Rat und Tat zur Seite zu stehen!



### Ein Service der Salzburger Apotheken

IMPRESSUM: Österreichische Apothekerkammer,  
Landesgeschäftsstelle Salzburg, Alpenstraße 112, 5020 Salzburg  
Stand: September 2024

# BERATUNGS- GUTSCHEIN

für eine kostenlose Überprüfung oder  
Zusammenstellung Ihrer

## Hausapotheke





**H**erzlichen Glückwunsch zu Ihrem neuen Familienmitglied! Es gibt kaum etwas Schöneres, als ein Baby auf dieser Welt willkommen zu heißen. Insbesondere die erste Zeit ist aufregend und voller liebevoller Momente, die Sie mit Ihrem Kind teilen werden. Um sicherzustellen, dass Sie von Beginn an auch in gesundheitlicher Hinsicht gut vorbereitet sind, halten Sie diesen Informationsfolder mit Beratungsgutschein in Händen.

### Ihre Hausapotheke – Ihre Sicherheit

Wir sind für Sie da, wenn es darum geht, die richtige Hausapotheke für Ihre Familie zusammenzustellen oder Ihre bestehende Hausapotheke zu prüfen. In einem persönlichen Gespräch zeigen wir Ihnen, welche Heilmittel sinnvoll sind und wie Sie diese korrekt anwenden und aufbewahren. Gemeinsam sorgen wir dafür, dass Sie für kleine Wehwechen gewappnet sind. Besuchen Sie uns in Ihrer Salzburger Apotheke – wir freuen uns auf Sie!

### Warum eine Hausapotheke wichtig ist

Eine gut sortierte Hausapotheke ist in jedem Haushalt unerlässlich. Sie sorgt dafür, dass Sie im Falle von Verletzungen oder gesundheitlichen Problemen schnell reagieren können. Ein sicheres, verschließbares Kästchen mit Arzneimitteln und Verbandsmaterial kann im Ernstfall entscheidend sein.

### Jeder Mensch ist anders – jede Hausapotheke auch

Jede Familie hat unterschiedliche Bedürfnisse, wenn es um Gesundheit geht. Daher ist es wichtig, dass Sie Ihre Hausapotheke daran anpassen. Ihre Apothekerin oder Ihr Apotheker ist für Sie da, um Fragen zu klären und Ihnen zu helfen, die nötigen Medikamente und Materialien auszuwählen.



### Grundausstattung für Ihre Hausapotheke

Das sind die wichtigsten Bestandteile, die in jeder Hausapotheke vorhanden sein sollten:

- ★ 3 sterile Verbandmüllpäckchen (1/4 m)
- ★ 3 feste Mullbinden (6 cm breit)
- ★ 3 Mullbinden (8 cm breit)
- ★ 1 elastische Binde (5 m x 8 cm)
- ★ 2 Momentverbände (Größe 3)
- ★ 1 Rolle Heftpflaster (2,5 cm breit)
- ★ 1 Heftpflaster mit Wundkissen (6 cm)
- ★ 1 Metallwundverband
- ★ 1 Packung Pflaster-Strips (sortiert)
- ★ 1 Dreiecktuch
- ★ Verbandwatte
- ★ Desinfektionsmittel für Wunden

### Zusätzlich für Familien mit Kleinkindern:

Sie haben kleine Kinder in der Familie? Ergänzen Sie die Ausstattung Ihrer Hausapotheke um folgende Dinge:

- ★ Mittel gegen Zahnschmerzen beim Zahnen
- ★ Mittel gegen Blähungen
- ★ Nasentropfen für Kleinkinder
- ★ Salbe gegen Wundsein
- ★ Salbe gegen Verbrennungen
- ★ Zäpfchen gegen Fieber
- ★ Hustensaft
- ★ Kamillentropfen zum Inhalieren
- ★ Elektrolytersatz bei Durchfall
- ★ Augentropfen
- ★ Tees wie Fenchel, Kamille und Pfefferminze
- ★ Bunte Pflaster, die ablenken
- ★ Schüttelmixtur
- ★ Aktivkohle, die hilft, Giftstoffe zu binden
- ★ Darmrohr, um bei Kleinkindern Blähungen zu lösen
- ★ Mundpinselfelge gegen Soor
- ★ Essigsäure Tonerde als kühlende Creme
- ★ Leukoflex Rollenpflaster
- ★ Verbandmull (4 cm)
- ★ Verbandpäckchen (Größe 2)

### Wichtige Hilfsmittel für eine gute Versorgung

Neben den Arzneimitteln sind auch einige Hilfsmittel gut und nützlich, damit Sie im Notfall schnell reagieren können:

- ★ Stumpfe Verbandschere
- ★ Sicherheitsnadeln
- ★ Verbandklammern
- ★ Splitterpinzette
- ★ Dreiecktuch
- ★ Augenklappe
- ★ Wattestäbchen
- ★ Mundspatel
- ★ Fieberthermometer (auch für Kinder)
- ★ Wärmeflasche (Thermophor)

**Gesund werden,  
gesund bleiben.**

Ihr Apotheker berät und hilft.

