

**Reiseapotheke
Notfallapotheke
für Kinder**

1. Wie bringt man Kinder auf der Urlaubsreise im Auto unter?
 Säuglinge sollten ausnahmslos bei Reisen im Auto in einem entsprechenden Säuglingsitz – festgeschnallt auf dem Rücksitz, wobei in jedem Fall eine erwachsene Person neben dem Kind sitzen sollte.
 Kleinkinder sind ebenfalls in einem festgeschnallten Kindersitz angeschnallt auf dem Rücksitz des Autos unterzubringen.
 Schulkinder und ältere Kinder sind ebenfalls angeschnallt wie die Erwachsenen im Auto sicher zu transportieren.

2. Wie sind Kinder im Flugzeug unterzubringen?
 Wir haben hierzu am Flughafen Münster – Osnabrück einen internationalen Kongress zur Sicherheit der Kinder als Flugreisende mit verschiedenen Airlines und dem TÜV Rheinland veranstaltet unter der Überschrift „ChildcAIR“. Die Unterbringung der Kinder auf dem Schoß von Erwachsenen kann lebensgefährlich für die Kinder sein. Einheitliche Fixationsrichtlinien der Kinder auf speziellen Sitzen kompatibel zu den jeweiligen Flugzeugsitzen sind häufig nicht vorhanden. Als Notlösung ist folgende Maßnahmen zu akzeptieren: die Kinder werden auf ihren normalen Auto-Kindersitz festgeschnallt und dieser Sitz ist dann im Flugzeug auf einem normalen Passagiersitz durch das Flugpersonal zu fixieren, so dass weder ein Abkippen noch ein Verrutschen des Kindersitzes möglich ist.

Gesund in den Urlaub und gesund wieder nach Hause mit Ihrer Reiseapotheke

Wehwehchen	Homoöpathische Therapie	Medikamentöse Therapie
Verdacht auf Knochenbruch – Hände, Arme, Beine, Füße	Schmerzlinderung durch NN, abschwellende Maßnahmen durch NN.	Schmerzlinderung mit Benuron, abschwellende Maßnahmen mit Calcium-Brausetablette, Voltaren, Reparil
Schürfwunden	Wunde reinigen Arnica D12 unmittelbar nach dem Unfall 3x5 Globuli im Abstand von 5 Minuten, dann alle 2 Stunden jeweils 5 Kügelchen	Gegen Schmerzen: Benuron-Supp. 125 mg bis 1000 mg, je nach Alter Lokaltherapie: Wunde mit feuchtem Handtuch reinigen, offene Behandlung, lokal Neomycin-Salbe
Blutende Wunden	Schmerzmittel und Kompression der Wunde durch außen durch Verband oder Händedruck	Wundreinigung unter fließendem Wasser, Kompressionsverband mit elastischer Binde

		nicht mit strangulierender Mullbinde. Wenn kein komprimierender Verband angelegt werden kann – Wundkompression mit Hand von außen über eine Kompresse oder Pflaster
Verbrühungen/ Sonnenbrand	Verbrühungsfläche mit kaltem Wasser/feuchten Tüchern kühlen Calendumed® Gel als Lokalthherapie	Verbrühungsfläche mit kaltem Wasser/feuchten Tüchern kühlen Calcium Sandosten Salbe und Calcium Brausetabletten, Fenestil Gel gegen den Juckreiz- Sonne meiden
Hämatome	Arnica D12 und Calendula D12 in Form von Globuli	Lokal Heparinsalbe
Fieberhafte Erkältung	Aconitum D12 und Ferrum phosphoricum D12 bei geringgradigem Infekt, Belladonna D12 bei hohem Fieber und starkem Infekt Vermehrte Flüssigkeitszufuhr	Fiebersenkende Zäpfchen mit Benuron, Wadenwickel, vermehrte Flüssigkeitszufuhr, lokale Einreibung des Brustkorbs mit Wick, Bronchoforton, u.ä.
Bauchweh	Häufig ausgelöst durch zu starke Sonneneinstrahlen auf den Kopf, durch ungewohnte Kost, Durcheinanderessen von kalten und heißen Speise Magnesium phosphoricum bei Bähungen	Bauchdeckenmassage, leichtes Abführmittel Movicol oral in geringer Dosierung Spasmolytikum bei starken Verkrampfungen
Durchfall	Charmonilla D12 insbesondere bei Durchfall mit Erbrechen, insbesondere wenn es sich um einen Darminfekt ausgelöst durch verdorbene Ernährung handelt	Bei anhaltendem starken Brechdurchfall Perenterol, Kohletabletten, Emesan-Supp..
Erbrechen	Häufig ist das Erbrechen verursacht durch Nahrungsunverträglichkeiten, kalte und heiße Speisen und schwer verdaulichen Speisen. Linderung von	Behandlung des Symptoms Erbrechen und Übelkeit durch Ruhigstellung des Magen-Darm-Traktes und Verabreichung von

	Übelkeit und Erbrechen durch Pulsatilla D12. Verabreichung von Kamillen-/ oder Fenchel-Tee- über ca. 24 Stunden	Fenchel-/Kamillen-Tee. Aussetzen von Nahrungszufuhr, Beseitigung der Symptome mit Vomex oder Emesan Zäpfchen
Reiseübelkeit	Ausgelöst durch kurvige Straßen, Schaukeln auf dem Schiff und im Flugzeug Vorbeugung mit Cocculus D3	Symptomatische Therapie mit Emesan und Vomex-Zäpfchen und NN.
Husten	Husten ist häufig die Folge von Entzündungen des oberen Nasen-Rachen-Raumes, schleimhautabschwellende Maßnahmen wie Belladonna D12	Schleimhautabschwellende Maßnahmen durch Bisolvon, Mucosolvan Saft
Allergie	Häufig äußern sich Allergien in Hautausschlägen, Schwellungen von Haut, Augen, Nasenschleimhaut, Mundschleimhaut, Verengung der Atemwege mit Atemnot. Die Symptome treten akut auf, Soforttherapie besteht in der Beruhigung der Kinder , in der Gabe von N.N. und Aufsuchen des Arztes	Allergien sind Unverträglichkeitsreaktionen des Körpers auf Medikamente oder Nahrungsmittel. Der Beginn von Ausschlägen, Schwellungen, Atemnot, Kreislaufstörungen ist akut. Deshalb sollte unverzüglich ein Arzt aufgesucht werden. Beruhigung der Kinder mit Benuron Zäpfchen.
Bindehaut-entzündung-gerötete Augen	Sie äußert sich in einer Rötung, Schwellung und Flüssigkeitsabsonderung im Bereich des Auges, ausgelöst durch Klimaanlage im Flugzeug und im Hotelzimmer, Wind am Strand und einen höheren Chloranteil im Pool, Bei geringgradiger Ausprägung Euphrasia D12.	Initial zu Beginn Ophthalmin-Augentropfen und nach Möglichkeit Ausschalten der Ursache
Ohren-schmerzen	Wenn Ohrenscherzen zusammen mit Erkältungen und Infekten der oberen Luftwege auftreten kann Belladonna D12 eine Linderung bringen	Ohrenscherzen bei Kindern sind häufig mit Infekten der oberen Luftwege verbunden. Der Schmerz kann gelindert werden durch

		abschwellende Nasen- und Ohrentropfen und Ausheilung des Infektes
Insektenstiche/ Quallen	Lokal Kühlung der Einstichstelle mit feuchten Tüchern und Eis, Apis D6 verabreichen. Bei nachweislich lokaler Einwirkung von Quallen auf die Haut sofort Aufsuchen eines Arztes wegen massiver allergischer Symptome	Abschwellende Maßnahmen mit Calcium Brausetabletten, abschwellende Maßnahmen oral, Fenestil gegen Juckreiz, Anti-Allergikum N.N.
Fremdkörperverletzungen durch Dornen, Seeigel und Muschelreste	Wunde säubern unter fließendem Wasser, Schmerzlinderung durch N.N., Entfernen des Fremdkörpers	Wunde säubern unter fließendem Wasser, Wunde desinfizieren mit Kodan, Fremdkörper entfernen, ggf. Arzt aufsuchen, Überprüfen der Auffrischimpfung gegen Tetanus im Impfpass.
Glassplitterverletzungen	Wunde säubern unter fließendem Wasser, Schmerzlinderung durch N.N., Entfernen der Glassplitter	Infektionsvorbeugung ist entscheidend: Wunde säubern unter fließendem Wasser, Wunde desinfizieren mit Kodan, Fremdkörper entfernen, ggf. Arzt aufsuchen, Überprüfen der Auffrischimpfung gegen Tetanus im Impfpass.
Flugangst	Sie kann gemildert werden durch Argentum nitricum D6	Vorbeugende Maßnahme durch N.N.
Zahnschmerzen	Leichte Zahnschmerzen können gemildert werden Nux vomica D6	Starke Zahnschmerzen und Fieber: auch im Urlaub den Zahnarzt aufsuchen