



ÖSTERREICHISCHE  
APOTHEKERKAMMER

# MACHEN SIE IHRE HAUSAPOTHEKE FIT



*Machen Sie jetzt Ihre Hausapotheke fit!*

*Was gehört hinein?*

*Und was raus?*

*Was hilft?*

*Und was ist schon abgelaufen?*

*Ihre Apothekerin und Ihr  
Apotheker helfen Ihnen gerne.*



## Bringen Sie Ihre Hausapotheke in Form

*Nicht nur Sie müssen regelmäßig zum Gesundheits-Check. Auch die Medikamente Ihrer Hausapotheke sollten 2mal im Jahr überprüft werden.*

Manche Hausapotheken führen ein kümmerliches Dasein. Sie sind ein Sammelsurium aus undefinierbaren, meist abgelaufenen Medikamentenresten, oft ohne Verpackung und Beipacktext.

Ein Mix aus Desinfektionsmittel, Wundsalbe, Pflaster, Imprägnierspray, Nagellackentferner und vielem mehr.

Die Apotheke bietet Ihnen ein besonderes Service: Lassen Sie Ihre Hausapotheke überprüfen. Ihre Apothekerin und Ihr Apotheker durchforsten Ihre Arzneimittel und beraten Sie kompetent und persönlich, welche Medikamente und Verbandstoffe nicht fehlen dürfen und was in der Hausapotheke nichts verloren hat.

Natürlich können Sie alle Medikamente, bei denen Sie unsicher sind, in Ihre Apotheke mitbringen und diese auf Tauglichkeit und Ablaufdatum überprüfen lassen. Und bei Bedarf gleich mit neuen Produkten ergänzen.

**Übrigens:** Die im Folder enthaltene Checkliste hilft Ihnen, sich einen Überblick über den Zustand Ihrer Hausapotheke zu verschaffen.

Füllen Sie die Checkliste bitte zuhause aus und bringen Sie diese in Ihre Apotheke mit.

Am besten Sie vereinbaren dazu ein Beratungsgespräch mit Ihrer Apothekerin oder Ihrem Apotheker, die sich gerne Zeit dafür nehmen.

# Ihre persönliche Checkliste

*Bitte ausfüllen und in Ihre Apotheke mitbringen!*

## Empfehlungen für die allgemeine Ausstattung einer Hausapotheke

### Arzneimittel:



- Medikament gegen Schmerzen und Fieber
- Medikament gegen Husten
- Medikament gegen Schnupfen
- Medikament gegen Halsschmerzen
- Augentropfen
- Medikament gegen Verdauungsstörungen
- Medikament gegen Übelkeit/Erbrechen
- Medikament gegen Durchfall
- Medikament gegen Verstopfung
- Medikamente gegen Allergien
- Wund- und Heilsalbe
- Salbe gegen leichte Verbrennungen
- Desinfektionsmittel
- Medikamente gegen Sportverletzungen
- Insektenschutz
- Sonnenschutz

### Verbandmittel & Co:



- Verbandmull
- Mullbinden
- Elastische Binden
- Pflaster
- Wundauflagen
- Kühlkompressen
- Fieberthermometer
- Dreiecktuch
- Schere
- Pinzette, Zeckenzange
- Blasenpflaster
- Einmalhandschuhe

## Was sonst noch in Ihre Hausapotheke gehört

*Bitte ausfüllen und in Ihre Apotheke mitbringen!*

### **Bei Haushalten mit Kindern:**



- Fiebersenkende Medikamente
- Elektrolytpräparate bei Durchfall und Erbrechen
- Medikamente gegen Verstopfung
- Medikamente gegen Zahnungsbeschwerden
- Salben gegen entzündete Haut im Windelbereich
- Insektenschutz für Kinder
- Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor
- Medikamente gegen Blähungen
- Kindgerechte Medikamente gegen Erkältungen (Husten/Schnupfen/Halsschmerzen)

### **Wenn Sie verreisen:**



- Medikamente gegen Reisekrankheit
- Medikamente gegen Durchfall
- Präparat zur Wiederherstellung der Darmflora
- Medikamente gegen Verstopfung
- Medikamente gegen Schmerzen und Fieber
- Medikamente gegen Erkältungen
- Augen- und Ohrentropfen
- Sonnenschutz
- Salbe/Gel gegen Sonnenbrand
- Insektenschutz
- Sterile Spritzen und Kanülen
- Desinfektionsmittel
- Verbandmaterial und Pflaster
- Medikamente gegen allergische Reaktionen
- Persönliche Medikamente

*Bitte Impfschutz überprüfen!*

*Selbstverständlich gehören auch alle  
Arzneimittel, die Sie persönlich vom Arzt  
verschrieben bekommen haben, in die  
Hausapotheke.*

## Kleine Tipps für Ihre Hausapotheke



Bewahren Sie Ihre Hausapotheke an einem trockenen und kühlen Ort auf. Also nicht in einem Schrank in Bad oder Küche, da Feuchtigkeit und Wärme zu Veränderungen der Medikamente führen können.

---



Vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung.

---



Ihre Hausapotheke muss für Kinder unerreikbaar sein.

---



Imprägniermittel, Fleckentferner, Nagellack & Co haben in einer Hausapotheke nichts verloren.

---



Bei einem unsortierten Pillen-Allerlei aus schmerzstillenden, fiebersenkenden, hustenlösenden und durchfallhemmenden Mittelchen finden Sie im Notfall wahrscheinlich nicht das richtige Medikament.

---



Desinfektionsmittel, Pflaster und Verbandstoffe gehören in eine gut sortierte Hausapotheke.

**Herausgeber**

Österreichische Apothekerkammer  
Spitalgasse 31, Postach 57, 1091 Wien  
T: (01) 404 14-600, F: (01) 408 84 40  
E: [presse@apothekerkammer.at](mailto:presse@apothekerkammer.at)  
[www.apothekerkammer.at](http://www.apothekerkammer.at)

**Druck**

SÜDDRUCK Kalenderherstellungs-  
Buchbinderei- und Verarbeitungs-Ges.m.b.H.

Informationen und Gebrauchsanweisungen zu allen Medikamenten finden Sie auch auf der Apo-App „Apotheken und Medikamente“ der Österreichischen Apothekerkammer:



**ÖSTERREICHISCHE  
APOTHEKERKAMMER**