



kleine Checkliste für die kleine Hausapotheke



ONLINE
APOTHEKE

NOTFALL - RUFNUMMERN

Notarzt, Schnelle Hilfe: **112**
Feuerwehr **110**
Polizei: **110**
Behörden-Notruf **115**

Ärztlicher Notdienst **116 117**
(Hausarzt für die Zeit
Abend/Nacht, Wochenende)
= **keine schnelle Hilfe**=

absolut notwendige Ausrüstung in meiner Hausapotheke

Gegen Schmerzen, gegen Fieber

- Schmerzmittel
(Tabletten, Tropfen, Salben)
- Kühlung
(Gelkissen, Kühlsalbe)

Gegen Erkältung (Husten, Halsschmerzen, Schnupfen)

- Fiebersenkende Mittel
- Hustenstiller
- Schleimlöser
- Gegen Halsschmerzen
 - Tropfen,
 - Lutschtabletten
- Gegen Schnupfen
 - Nasenspray

Insektenstiche, Juckreiz, Sonnenbrand

- Sonnenpflege
 - Sonnencreme
 - Sonnenspray
 - Sonnenöl
- Kühlung
 - Kühlgel
 - Kühlsalbe
 - Kühlendes Schaumspray
- Hautcreme, Stichlinderer

Verdauungsprobleme

- Durchfall
- Verstopfung
- Bauchkrämpfe
- Blähungen
- Sodbrennen

Wundbehandlung	Verbandsmaterial
<input type="checkbox"/> Wund- Desinfektionsmittel <input type="checkbox"/> Wund- und Heilsalbe <input type="checkbox"/> Wundpflaster verschiedene Größen	<input type="checkbox"/> Mullbinden (verschiedene Größen) <input type="checkbox"/> Sterile Kompressen <input type="checkbox"/> Verbandspäckchen „Brandwunden“
Krankenpflege	
<input type="checkbox"/> Fieberthermometer <input type="checkbox"/> Wärmekompressen <input type="checkbox"/> Kühlkompressen <input type="checkbox"/> Oberflächendesinfektion	<input type="checkbox"/> Heftpflaster <input type="checkbox"/> Sicherheitsnadeln <input type="checkbox"/> Verbandsschere <input type="checkbox"/> Einmal-Handschuhe
Je nach persönlichen Bedingungen zur Gesundheit sind weitere Medikamente und Hilfsmittel erforderlich	

Hinweis: Beachte das jeweilige Haltbarkeitsdatum

Notizen

Haben wir etwas vergessen?



**ONLINE
APOTHEKE**

Bitte schreibe uns einen Kommentar oder ein eMail an: team@apotheke-corona.de

Weitere Hinweise, Listen und Ratgeber zur Gesundheit findest du hier:

- www.apotheke-corona.de
- www.robust-immun.de