

# WANN HABEN SIE ZULETZT IHRE HAUSAPOTHEKE ÜBERPRÜFT?

Das Heimwerken gewinnt zunehmend an Bedeutung. Doch leider kommt es dabei immer wieder zu Verletzungen. Dabei ist es noch verhältnismäßig harmlos, obwohl äußerst schmerzhaft, wenn man sich den beispielsweise den Fingernagel klemmt. Kratz-, Schürf- und Schnittwunden, insbesondere bei Gartenarbeiten, bergen da schon viel größere Gesundheitsgefahren, allen voran die Tetanus-Infektion!

Man achte deshalb auf seinen Impfschutz! Spätestens alle 10 Jahre sollte der Tetanus-Impfschutz aufgefrischt werden. Ebenso ist wichtig, dass man kleinere Hautverletzungen desinfiziert. Eine 3%ige Wasserstoffperoxid-Lösung, eine handelsübliche Octenidin-Lösung oder eine PVP-Jod-Zubereitung leistet dabei hervorra-

gende, absolut schmerzfreie Dienste. Und man sollte unbedingt rechtzeitig auf einen brauchbaren Inhalt in der eigenen Hausapotheke achten! Nichts ist ärgerlicher, als im Bedarfsfall kein brauchbares Pflaster im Haus zu haben. Nachfolgend wird aufgezählt, was man für Notfälle im Hause haben sollte:



- Salbe gegen Verstauchungen und Prellungen
- Zäpfchen gegen Übelkeit und Erbrechen
- Mittel gegen krampfartige Schmerzen
- Brandsalbe
- Fieberthermometer
- Wundsalbe
- Schmerzmittel
- Wunddesinfektionsmittel
- 1 Splitterpinzette
- Heftpflaster
- 1 Schere
- Mullbinden
- elastische Binden
- Watte

Mit dieser Mindestausrüstung ist man für den Notfall beim Heimwerken gewappnet. Bei Dauererkrankungen sollten auch die Medikamente des täglichen Bedarfes bevorratet werden. Und wenn Kinder im Haushalt leben oder häufiger zu Besuch kommen und über Nacht bleiben, sollte auch dafür mit einzelnen Medikamenten vorgesorgt werden. In der Apotheke sind wir auch Spezialisten in Sachen „Hausapotheke“.

