

Wer umfassend informiert und mit einer optimal bestückten Reiseapotheke in die Ferien fährt, ist für Unvorhergesehenes gut gerüstet. Worauf es bei der Vorbereitung alles zu achten gilt, weiss das Fachpersonal in den Rotpunkt Apotheken.

Jürg Lendenmann

Urlaub in Sicht

Auf zur Reiseberatung!

Vor jeder Ferienzeit steigt die Zahl der Personen stark an, die in der Oberland Rotpunkt Apotheke in Wetzikon noch rasch etwas für ihre Reiseapotheke kaufen wollen. «Ich mache die Kundinnen und Kunden dann auf unsere Serviceleistung aufmerksam: die Reise- und Impfberatung», sagt die Geschäftsinhaberin Marlis Wilhelm.

Check-up für die Reiseapotheke

«Eine Reiseapotheke sollte jährlich überprüft werden – nicht nur, um abgelaufene Medikamente auszumustern oder zu ersetzen. Sondern auch um zu prüfen, ob neue Medikamente, die man aufgrund einer Krankheit einnimmt, sich mit jenen in der Reiseapotheke «vertragen». Ebenso schauen wir beim Check die Grundversorgung an – die Verbandsmaterialien, mit

denen Wunden fachgerecht versorgt werden können: Ist das Fläschchen mit dem Desinfektionsmittel noch voll? Kleben die Pflaster optimal? Sind sterile Kompressen, eine Stützbinde, Schere, Pinzette ... vorhanden?» Je nach Feriendestination und -aktivität müsse die Reiseapotheke zudem mit spezifischen Mitteln ergänzt werden.

Das Nötigste

Was sollen jene mitnehmen, die nur mit wenig Gepäck reisen? «In die kleine Reiseapotheke gehören neben den Produkten für die Grundversorgung ein Schmerzmittel, Medikamente gegen Übelkeit und Erbrechen, Durchfall und Verstopfung, abschwellende Nasentropfen, ein Antiallergikum sowie ausreichend und optimaler Sonnenschutz.» Marlis Wilhelm empfiehlt auch Kohlenhydrate z. B. in Form von Traubenzucker mitzunehmen, um sich schnell wieder Energie zuführen zu können. Ebenso Wasser und etwas Salziges, um einer Dehydratation vorzubeugen und den Salzverlust bei Schwitzen zu ersetzen. «Die Überprüfung einer bestehenden Reiseapotheke mit der Beratung zur Ergänzung ist kostenlos», sagt die Apothekerin.

Wann sich ein Reisedossier lohnt

«Allen, die in Länder der Dritten oder Vierten Welt gehen, empfehlen wir, die Serviceleistung «Reisedossier» in Anspruch zu nehmen. Mithilfe der Tropimed-Datenbank stellen wir aufgrund der Reiseroute ein individuelles Dossier zusammen.

Idealerweise sollte der Kunde sechs Wochen vor Reiseantritt zur Beratung kommen, damit ein gewünschter Impfschutz aufgebaut und rechtzeitig mit einer Malaria prophylaxe begonnen werden kann.» In bestimmten Ländern sei das Risiko sehr hoch, sich eine lebensbedrohliche Krankheit zuzuziehen, sagt die Apothekerin und nennt als Beispiele Gelbfieber und Tollwut. «Für die Reise in gewisse Länder ist eine Impfung gegen Gelbfieber vorgeschrieben. Diese Tropenkrankheit wird durch Stechmücken übertragen; sie flammt nach drei bis sechs Tagen auf, man bekommt Fieberanfälle und erbricht Blut.» Nicht nur Gelbfieber, auch andere Krankheiten wie Malaria oder Leishmaniose werden durch Insekten übertragen. Darum sei es äusserst wichtig, sich vor Insektenstichen wirksam zu schützen und die Reiseapotheke mit einem Anti-Mücken-Mittel zu ergänzen.

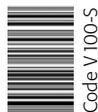
«Tollwut ist tödlich, wenn man nicht geimpft ist oder nicht innerhalb von maximal 24 Stunden eine Postexpositions-Prophylaxe erhält», so die Apothekerin. «55 000 Personen starben letztes Jahr an dieser Krankheit, davon 99% in Entwicklungsländern. Weltweit werden jährlich mehr als 15 Mio. Menschen aufgrund von Tollwutverdacht geimpft.»

Beratung in letzter Minute

«Selbst jene, die mit einem Last-Minute-Angebot in die Ferien fliegen, können von einem Reisedossiers profitieren, Wichtiges



● ROTPUNKT BON



Code V100-S

Für Ihre Reise: Gratis ein Rotpunkt Necessaire im Wert von CHF 19.80.

BON einzulösen im Monat Juni bei Ihrem nächsten Bareinkauf im Wert von CHF 30.–. Pro Einkauf ist nur ein BON einlösbar. Gültig solange Vorrat.

noch am Flughafen kaufen und die Informationen im Flugzeug studieren», sagt Marlis Wilhelm. «Daneben können wir dem Kunden eine Broschüre mitgeben, in welcher wichtige Symptome und Krankheiten in verschiedenen Sprachen übersetzt sind. Mit dem Erläutern der Reisecheckliste, eruieren wir zusammen mit dem Kunden seine spezifischen Krankheits-Anfälligkeiten. Somit können wir ihn auf Risiken im Zusammenhang mit Flügen, Klimawechsel, fremden Nahrungsmitteln aufmerksam machen und es geht sicherlich nichts vergessen.» Auch in unseren Breitengraden lohne es sich, bei kleineren und grösseren Ausflügen eine Reiseapotheke dabeizuhaben. «Nicht immer ist eine Apotheke in der Nähe, oder sie ist geschlossen», erklärt Marlis Wilhelm. «Mit einer guten Reiseapotheke kann man vieles selbst behandeln oder die Zeit bis zum Finden einer Apotheke oder eines Spitals überbrücken.» ■

Rotpunkt Serviceleistung «Reiseberatung und Impfberatung»

Überprüfung der Reiseapotheke: Empfehlung für die Grundausrüstung, Abgabe einer Checkliste. Diese Serviceleistung ist gratis.

Individuelles Reisedossier: Check der Reiseapotheke und Empfehlung für die Ausstattung; Prophylaxe und Medikamente unter Berücksichtigung von Reiseziel und Besonderheiten des Kunden. Der Kunde erhält ein individuelles Reisedossier mit Information pro Land über Impfungen, Malaria, div. Infektionserkrankungen; Karte, Dosierblatt für Thrombose- und Malaria-Prophylaxe, Information über Symptome von Malaria oder andere Erkrankungen, Adressen der Schweizer Botschaft.

Kosten: CHF 45.-, Zeitaufwand 25–30 Minuten.

Impfberatung mit elektronischem Impfausweis: Überprüfung des Impfstatus, Beratung zu nötigen Impfungen, Erfassen des Impfausweises in elektronischer Form.

Kosten: CHF 39.-, Zeitaufwand 30 Minuten.



● SERVICELEISTUNGEN DER ROTPUNKT APOTHEKEN

REISEBERATUNG OHNE WARTENZEITEN

«Eine Reiseapotheke gehört in jedes Feriengepäck. In den Rotpunkt Apotheken können Sie sich **ohne Voranmeldung** beraten lassen.»

Apothekerin Marlis Wilhelm, Oberland Rotpunkt Apotheke, Wetzikon

Unsere Standorte: Affoltern a. Albis, Altstätten SG, Arbon, Baden, Bad Ragaz, Basel, Bassersdorf, Bern, Biel, Binningen, Breitenbach, Bülach, Chur, Dielsdorf, Dietikon, Embrach, Emmenbrücke, Flawil, Goldau SZ, Gossau, Grenchen, Grosshöchstetten, Herisau, Hombrechtikon, Ipsach, Kloten, Küsnacht, Lenzburg, Liestal, Lostorf, Maienfeld, Mettmenstetten, Neuhausen, Oberwil BL, Oensingen, Olten, Pfungen, Rapperswil SG, Regensdorf, Rüti, Schaffhausen, Schlieren, Schwyz, Seon, Spreitenbach, Stans, St. Gallen, St. Margrethen, Stein AG, Stein am Rhein, Sursee, Thalwil, Wetzikon, Wil SG, Winterthur, Zug, Zürich. Übersicht der Rotpunkt Apotheken, welche den Blasenentzündungs-Check anbieten: www.rotpunkt-apotheken.ch

+ ROTPUNKT
● APOTHEKE