



Rucksackapotheke

Was gehört in eine Rucksackapotheke? Diese Frage hat für uns Bergrettungsarzt Dr. Matthias Haslbacher, beantwortet:

1. Große Rucksackapotheke für selbständige Touren

- ❖ 1 Paar Einmalhandschuhe
- ❖ 1 Verbandschere
- ❖ 1 Pinzette
- ❖ 2 Wundauflagen (10 x 10 cm)
- ❖ 1 Dreiecktuch
- ❖ 1 Elastische Binde (6 cm x 5 m)
- ❖ 2 Verbandpäckchen (60 mm breit)
- ❖ 1 Wundpflaster zum Abschneiden (Hansaplast)
- ❖ 1 Tape (3,5 cm breit)
- ❖ 5 Wundverschluss-Streifen
- ❖ 3 Alkoholtupfer
- ❖ Blasenpflaster
- ❖ Beatmungsschutz
- ❖ Universalschiene (Samsplint)
- ❖ Notfallpfeife
- ❖ Wunddesinfektion (50 ml)
- ❖ 1 Alu-Rettungsdecke

2. Kleine Rucksackapotheke bei geführten Vereinstouren

- ❖ Blasenpflaster
- ❖ Pflasterset zum Abschneiden(Hansaplast)
- ❖ Elastische Binde
- ❖ Universalschiene (Samsplint)
- ❖ 1 Alu-Rettungsdecke
- ❖ 1 kleine Verbandschere

Medikamente in der Rucksackapotheke?

Grundsätzlich ist, lt. Auskunft des Bergrettungsarztes, gegen leichte schmerzstillenden Medikamenten (zB Ibuprofen, Mexalen) kaum etwas einzuwenden. Man sollte von diesen Medikamenten allerdings keine Wunder erwarten. **Keinesfalls verabreicht** werden sollten jedoch Schmerzmittel die eine blutgerinnungshemmende Wirkung haben. Dazu zählen alle **Medikamente die Acetylsalicylsäure** enthalten. Das betrifft auch das beliebte Aspirin in allen angebotenen Formen. Wer also Medikamente in seine Rucksackapotheke packt sollte zuvor den Beipacktext sehr genau lesen! Bitte beachtet, dass auch Medikamente ein Ablaufdatum haben.

3. Reiseapotheken

Wir sind in der glücklichen Lage, dass wir in den Reihen unserer Mitglieder auch eine Apothekerin haben. Bei Fragen stellen wir gerne den Kontakt her. Sicher berät euch auch euer Hausarzt kompetent.