

Kleine Reiseapotheke für Bergsteiger



www.pumba-reisen.de

Was wir immer an nicht verschreibungspflichtigen Medikamenten mitnehmen:

- Berberil Augentropfen
- Immodium akut (kann im Notfall bei Durchfall eingenommen werden. Besser ist es jedoch immer abzuwarten bis der Durchfall von alleine weg geht und so lange auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten).
- WHO Pulver (Glucose/Elektrolyt- Mischung)- z.B. Oralpädon
- Paracetamol/ Ibuprofen (Aspirin sollte auf dem Berg nicht eingenommen werden).
- Compeed Blasenpflaster
- Nasentropfen/spray
- Octenisept oder Betaisadona zur Wunddesinfektion
- Pflaster
- Kleines Verbandset
- Fenistilgel bei juckenden Insektenstichen oder leichten Verbrennungen/ Sonnenbrand
- Voltarensalbe
- Gummihandschuhe
- Rettungsdecke

Der Bergführer hat auf dem Berg natürlich auch ein kleines Erste-Hilfe Kit dabei... aber es nichts desto trotz sinnvoll, dass zumindest einer in der Gruppe ein eigenes Set mitbringt.