



Urlaubsmedikation

Liebe Eltern,

Medikamente dürfen leider nicht vorsorglich für den Urlaub auf Kosten der Krankenkasse verordnet werden. Die nachstehend genannten Medikamente erhalten Sie aber alle rezeptfrei in der Apotheke, einige werden Sie sowieso schon zuhause haben.

Schmerzen/Fieber:

Paracetamolzäpfchen (Säuglinge 125mg, Kleinkinder 250mg, Schulkinder 500mg)
Nurofen-Saft oder -zäpfchen, **Fieberthermometer nicht vergessen!**

Husten:

tagsüber schleimlösender Saft oder Brausetabletten, nachts bei starkem Reizhusten einen hustenblockenden Saft oder Zäpfchen

Schnupfen:

Nasentropfen oder -spray in entsprechender Konzentration.

Bei Flugreisen: ca. 30 Minuten vor Start oder Landung Nasentropfen/-spray geben (bei Schnupfen), je nach Alter bei Start oder Landung etwas trinken oder Kaugummikauen lassen, bei auftretenden starken Schmerzen Paracetamol-Zäpfchen oder Saft geben.

Halsschmerzen:

Ab 12 Jahren Lutschtabletten.

Erbrechen:

Zäpfchen gegen Übelkeit und Brechreiz (z.B. Vomex A ®, Vomacur ®, Emesan ®)
Reiseübelkeit: Superpep Kaudragees ® ab 6 J.

Durchfall

Säuglinge: allenfalls löffelweise Isogetränke („Energy-Drinks“), Heilnahrung

Bei gestillten Kindern weiter stillen, evtl. zwischendurch Kamille-, oder Fencheltee mit Zucker zufüttern.

Bei HA-Ernährung nur die ½ Anzahl der Dosierlöffel, falls Kinder Heilnahrung ablehnen.

Klein-/Schulkinder: löffelweise Isogetränke („Energy-Drinks“) zusätzlich Diät: geriebener Apfel, gedrückte Banane, Kartoffelbrei, Karotten in jeglicher Form, keine Milch/-produkte o. Fruchtsäfte

Mückenstiche/Sonnenbrand:

juckreizstillende und kühlende Gels (z.B. Fenistil ®, Tavegil ®, Soventol ®, etc.)

Schürfwunden, offene Verletzungen:

desinfizierende Salbe o. Lösung (z.B. Braunovidon-Salbe ®, Traumasept-Gel o. Lösung ®), Pflaster

Sonstige Maßnahmen je nach Urlaubsland:

Sonnenschutz:

Kinderlotio, Kindercreme mit möglichst hohem Lichtschutzfaktor und ohne Parfümstoffe, wasserfest
Kopfbedeckung mit Augenschutz/Sonnenbrille

Insektenschutz:

bei älteren Kindern z.B. Autan ® bei jüngeren Kindern natürliche Insektenschutzmittel, z.B. Citronella-Öl, Zedernöl (wirken nicht so stark und kürzer als Autan ®), Mosquito ®
Insektennetz (entweder mitbringen oder im Hotel, etc. erhältlich)

Impfschutz:

überprüfen lassen, evtl. sind auch Sonderimpfungen für das jeweilige Urlaubsland nötig.

Versicherung:

evtl. internationalen Krankenschein bei der Krankenkasse besorgen
(Ärzte am Urlaubsort wollen bei ambulanter Behandlung aber meist sofortige Bezahlung).

