

# Die Fahrtenapotheke



Hier eine Liste mit den wichtigsten Bestandteilen einer Fahrtenapotheke.  
Je nach Fahrtengebiet können weitere hinzukommen.

- **Kopfschmerztabletten** (Ibuprofen): Wirkt auch fiebersenkend und entzündungshemmend; für Kinder kein Aspirin verwenden.
- **Gegen Durchfall**: Süßer Tee und (salzige) Brühe.
- **Gegen Verstopfung**: Makrogol (erhöht Flüssigkeitsmenge im Darm) oder Lactulose (Milchzucker)
- Gel/Salbe zur Behandlung von **Mückenstichen** und **Sonnenbrand** (Wirkstoff z. B. Dimetinden 1 mg)
- **Wunddesinfektion** zum Aufsprühen (Antiseptikum)
- Gel/Salbe gegen **Verstauchungen** (z. B. Mobilat oder Dolobene), wenn's schnell gehen muss hilft auch **Kältespray**
- ausreichend **Blasenpflaster** in verschiedenen Größen
- ausreichend **Pflaster** und Wundkompressen
- **Mullbinde** und **Brandwundenpäckchen**
- medizinisches **Klebeband** (Leukoplast o. ä.)
- **Einmalhandschuhe** (falls das Blut mal munter sprudelt)
- **Fieberthermometer**
- **Pinzette, Nagelschere** und **Zeckenzange**
- **Rettungsfolie**

## Weitere Hinweise:

→ **Mücken- und Sonnenschutz** nimmt jeder selbst mit, was er braucht und am besten verträgt.

→ Ein **Handy** sollte dabei sein, damit man notfalls Hilfe rufen kann (vorausgesetzt, man hat im Fahrtengebiet ein Netz).

→ Vor der Fahrt sollte geprüft werden, ob jeder Teilnehmer eine noch wirksame **Tetanus-Impfung** besitzt? Wäre ärgerlich, wegen eines Wundstarrkrampfs die Fahrt abbrechen zu müssen...

→ Diese Liste ist als allgemeine Information gedacht, was in eine Fahrtenapotheke sollte, und ist keineswegs eine Anleitung zur Einnahme oder Verabreichung von Medikamenten. Natürlich können wir keine Haftung für Schäden durch falsch angewendete Medikamente übernehmen.  
Hier gilt: Unbedingt den **Beipackzettel** lesen bzw. den **Arzt oder Apotheker** befragen.

→ **Im Notfall**, fernab der Zivilisation, muss jedoch je nach Situation entschieden werden, ob es nicht sinnvoll ist Medikamente zu verabreichen, bevor Schlimmeres passiert. Die Entscheidung hierüber obliegt dem Fahrtenleiter.

→ Wenn die Ersthelfer der Sippe Zweifel haben, mit einer Situation fertig zu werden, zögert nicht, den **Rettungsdienst** zu rufen, wenn das möglich ist. Auch wenn die Fahrt dadurch unterbrochen oder beendet wird.

→ Nur Ärzte dürfen Medikamente verabreichen und Krankheiten behandeln, von den Eltern mal abgesehen. Daher sollte man vorher die **schriftliche Erlaubnis der Eltern** einholen, gerade auch im Hinblick auf mögliche Medikamentenunverträglichkeiten.

→ **Allergien, chronische Erkrankungen** und **Medikamentenunverträglichkeiten** sollten vor der Fahrt bei jedem Teilnehmer abgeklärt und notiert werden. Am besten auf dem „Notfallbogen“ durch die Eltern, der auf [www.region-fichtelgebirge.de](http://www.region-fichtelgebirge.de) im „Service“ zum download bereit steht.

→ Macht Euch zudem mit den Medikamenten vertraut, die Sipplinge unter Umständen regelmäßig einnehmen müssen.

*Die Bereitschaft des Sippenführers, die Fahrt im Notfall abzubrechen, ist die beste Versicherung gegen folgenschwere Unglücke!*