Haus- und Autoapotheke -Checkliste

Inhalt der Haus-Apotheke

Persönliche Medikamente

☐ die Ihnen der Arzt verordnet hat. Jedoch nie abgeschlossene oder abgebrochene Therapien auf eigene Faust fortsetzen!

☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____
☐ _____

Für kleinere Verletzungen

☐ Wundpflaster
☐ Brandsalbe
☐ Kühlbeutel (am besten im Tiefkühlfach)
☐ Pinzette
☐ Wunddesinfektionsmittel
☐ Elastische Binden
☐ Sicherheitsnadeln
☐ Schere

Für häufige Beschwerden

☐ Erkältungsmittel
☐ Halswehtabletten
☐ Mittel gegen Insektenstiche
☐ Schmerzmittel
☐ Durchfallmedikamente
☐ Fieberthermometer

Erste Hilfe im Notfall

☐ Anleitung für Erste Hilfe Massnahmen (Infoblatt – erhältlich bei uns in der Apotheke)
☐ Telefonnummer Ärztlicher Notfalldienst
☐ Telefonnummer des nächstgelegenen Spitals
☐ Apotheken-Notfalldienst im Kanton Zürich (0900 55 35 55)
☐ Telefonnummer des Tox: 145
☐ Allgemeine Notruf-Nummer: 144

Notieren Sie diese wichtigen **Notfall-Nummern** und kleben Sie diese in die Haus-Apotheke!

Inhalt der Auto-Apotheke

☐ grosses Heftpflaster zum selber schneiden
☐ Verbandsmaterial
☐ Rettungsdecke
☐ Schere
☐ Wundschnellverbände
☐ Fixierbinden
☐ Dreiecktücher
☐ Einweg-Handschuhe

Notfall-Nummern

117 Polizeinotruf
144 Sanitätsnotruf
140 Strassenhilfe
118 Feuerwehrnotruf
145 Vergiftungsnotfälle

Notizen