

CHECKLISTE



Kleine Helden
leben sicher



Die Hausapotheke für Kinder

Jede Hausapotheke sollte mindestens einmal im Halbjahr auf die Haltbarkeit ihrer Bestandteile und auf Vollständigkeit kontrolliert werden. Notieren Sie auf Salben, Tropfen und Husten- oder Schmerzsaften am besten auch das Anbruchdatum. Abgelaufene Medikamente bringen Sie zur Entsorgung in die Apotheke zurück. Achtung! Die Hausapotheke muss für Kinder unzugänglich sein!

Damit sind Sie für den Notfall gewappnet

- ✓ Fieberthermometer: Solange es das Kind zulässt, mit dem Kontaktthermometer rektal messen; alternativ nach Desinfektion oder mit einem anderen Thermometer unter der Zunge oder in der Achsel messen. Fieber beginnt bei Kindern ab 38,5 Grad Celsius, bei Babys bis drei Monaten ab 38 Grad Celsius.
- ✓ Fiebersaft oder Fieberzäpfchen wirken fiebersenkend und schmerzlindernd.
- ✓ Wärmekissen mit mikrowellenfähiger Füllung, z. B. Hirse, Dinkel oder Kirschkerne
- ✓ Kühlpack oder -Kissen – im Kühlschrank, nicht im Gefrierfach aufbewahren!
- ✓ Kälte-Sofort-Kompressen für unterwegs – nicht direkt auf die Haut legen!
- ✓ Zecken- oder Splitterpinzette
- ✓ Zur Wundreinigung Kochsalzlösung verwenden!
- ✓ Kinderpflaster mit und ohne Motive
- ✓ Wundauflagen und Verbandsmaterial in Kindergröße – Kleinkinder 4 cm, ältere Kinder und Jugendliche 8 bis 10 cm
- ✓ Dreieckstuch
- ✓ Verbandsschere
- ✓ Wundschutzcreme für den wunden Po
- ✓ Kochsalzlösung, etwa als Nasenspray bei verstopfter Nase
- ✓ Salbe gegen juckende oder brennende Insektenstiche – bitte Mindestalter der Kinder beachten!
- ✓ Medikament für Magen-Darm-Erkrankungen





- ✓ Fencheltee und Elektrolytlösung zum Anrühren
- ✓ Spucktüte und Feuchttücher
- ✓ Zahnrettungsbox – Behälter mit Nährlösung, alternativ H-Milch. Ausgeschlagene Zähne dürfen nicht länger als ca. 25 Minuten im Trockenen sein, wenn sie wieder einwachsen sollen.
- ✓ Desinfektionsmittel und Einmalhandschuhe für den Erwachsenen
- ✓ Alu-Rettungsdecke
- ✓ Kohletabletten oder -pulver sowie ein Entschäumer bei Vergiftungen mit schäumenden Haushaltsprodukten
- ✓ Individuell notwendige Medikamente, z. B. bei bestehenden Allergien
- ✓ Kleiner Notfallratgeber, wichtige Telefonnummern, z. B. Giftnotruf
- ✓ Kindernotfallkarte und bei Bedarf Kindernotfallpass
- ✓ Gummibärchen

Für Ausflüge wie etwa einen Fahrradausflug kann eine Auswahl passender Materialien in eine kleine Reiseapotheke gepackt und mitgenommen werden.

Wie man geschickt Pflaster oder gleich ganze Wund- und Druckverbände bei Kindern mit Verletzungen an Armen, Händen und Kopf anlegt, zeigen Jordis Kreuz und Oke für alle, die im Fall der Fälle schnell und sicher handeln müssen.



Kleine Helden leben sicher

Presse & PR Lioba Hebauer | Tel. +49 (0)911 99 44 67 28 | presse@kleineheldenlebensicher.de
www.kleineheldenlebensicher.de

Facebook + Twitter @KleineHeldenB2B

Unsere Hinweise und Empfehlungen sind nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt worden und als allgemeine Information gedacht. Sie sind weder abschließend noch vollständig und stellen keine medizinischen Ratschläge dar.



Jordis Kreuz | www.erste-hilfe-party.de ist dreifache Mutter, Ausbilderin für Erste-Hilfe, Kindersicherheitsexpertin und Dozentin für die Erste-Hilfe bei Kinder- und Säuglingsnotfällen. Sie unterstützt den Bundesverband Deutscher Kinderausstattungs-Hersteller e. V. (BDKH) als Botschafterin der Initiative „Kleine Helden leben sicher“.