

Start in die Erkältungs-Saison - so machen Sie Ihre Hausapotheke fit für Herbst und Winter

Baierbrunn (OTS) - Der Urlaub ist vorbei, der Herbst steht vor der Tür und damit auch die Hochsaison für Erkältungen. Wenn es im Hals kratzt oder in der Nase kitzelt, sollte man die passenden Arzneimittel vorrätig haben. Deswegen ist jetzt genau der richtige Zeitpunkt, um die Hausapotheke auf Vordermann zu bringen. Welche Mittel gegen Erkältung man immer im Arzneischränk haben sollte, dazu Peter Kanzler, Chefredakteur der "Apotheken Umschau":

O-Ton, 14 sec.

"Sie sollten vor allem Nasenspray immer vorrätig haben und darauf achten, dass es nur von einem Kranken benutzt wird. Und ganz wichtig: wenden Sie den Spray lediglich dreimal täglich an und höchstens eine Woche lang, sonst droht Abhängigkeit."

Auch folgende Medikamente dürfen in der Hausapotheke nicht fehlen:

O-Ton, 11 sec.

"Empfehlenswert sind sicher Schmerzmittel und - speziell im Herbst und Winter - Lutschtabletten gegen Halsweh. Ein kleiner Tipp: in der aktuellen Ausgabe der Apotheken Umschau finden Sie eine Liste für eine gut sortierte Hausapotheke."

Oft ist der Arzneischränk voll mit angebrochenen Medikamenten. Um da den Überblick zu behalten, sollte man schon beim Einsortieren auf Ordnung achten:

O-Ton, 19 sec.

"Bewahren Sie die Originalverpackung und auch die Beipackzettel auf. Und schreiben Sie bei persönlich verordneten Arzneimitteln den Namen des Familienmitglieds auf die Schachtel. Was viele nicht wissen: Säfte und Tropfen sind nach dem ersten Gebrauch nur eine begrenzte Zeit haltbar. Notieren Sie deshalb gleich nach dem Öffnen, wie lange Sie das Mittel noch einnehmen können."

Wer keine Lust hat, selbst Ordnung in die Hausapotheke zu bringen,

kann es sich auch bequem machen: Schütten Sie einfach den kompletten Inhalt des Arzneischranks in eine Tüte und bringen Sie diese zur Apotheke. Dort werden die abgelaufenen Medikamente aussortiert und die Vorräte aufgefüllt.

ACHTUNG REDAKTIONEN:

Das Tonmaterial ist honorarfrei zur Verwendung. Sendemitschnitt bitte an ots.audio@newsaktuell.de.

Audio(s) zu dieser Aussendung finden Sie im AOM/Original Audio Service, sowie im OTS Audioarchiv unter <http://audio.ots.at>

Rückfragehinweis:

~

Ruth Pirhalla
Tel. 089 / 744 33 123
Fax 089 / 744 33 459
E-Mail: pirhalla@wortundbildverlag.de
www.wortundbildverlag.de
www.apotheken-umschau.de

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/3738/aom>

*** OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.OTS.AT ***

OTS0058 2011-09-05/10:38

051038 Sep 11

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20110905_OTS0058