CHECKLISTE HAUSAPOTHEKE

Eine gut ausgestattete Hausapotheke kann dir helfen, kleinere Verletzungen und leichte Beschwerden selbst zu versorgen. Damit sie im Ernstfall einsatzbereit ist, solltest du sie mindestens einmal im Jahr überprüfen. Tausche abgelaufene Medikamente aus und fülle verbrauchtes Material wieder auf.

Medikamente

- ☐ Persönliche Medikamente, die regelmäßig eingenommen werden, für mindestens 10 Tage
- ☐ Schmerzmittel
- ☐ Fiebermittel
- ☐ Fieberthermometer
- ☐ Erkältungsmittel
- ☐ Durchfallmittel
- ☐ Pflaster, Verbandsmaterial, Verbandtuch
- ☐ Wunddesinfektion
- ☐ Hautdesinfektion
- ☐ Einmalhandschuhe
- ☐ Kühlkompresse
- ☐ Schere
- ☐ Pinzette

Medikamente außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

NOCH MEHR TIPPS GEFÄLLIG?

Das Innenministerium NRW hat im kostenlosen Selbstschutzguide viele weitere nützliche Hinweise gesammelt – von Starkregen über Sturm bis Stromausfall:

www.im.nrw/themen/gefahrenabwehr/selbstschutzguide

Umfassende Informationen rund um Warnung und Vorsorge bietet außerdem das Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) – mit praktischen Checklisten, der Warn-App NINA und vielem mehr:

www.bbk.bund.de/DE/Warnung-Vorsorge/warnung-vorsorge_node.html

ASB Arbeiter-Samariter-Bund NRW e.V.