

GLAS
DESIGN GM
 BH
 innovativ und individuell

GLASERMEISTERBETRIEB
 Bahnhofstraße 17 · 83543 Rott am Inn
 Telefon: 08039.1271 · Fax: 08039.4453

Reparaturservice · Ganzglasanlagen · Vitrinenbau
 Spiegel · Glasische · Glaslöten · Beschilderungen

Elektro-Fachmarkt
STECHE
 Meisterbetrieb

Am Bahnhof 2 · 83512 Wasserburg
Tel. 08071/3064 · Fax 08071/40714

Ihr Elektrohaus mit dem freundlichen Service !

**Vertrauen Sie auf unseren zuverlässigen
 Kundendienst für TV, Radio- und Hifi-Geräte,
 sowie für alle Haushaltsgeräte
 durch unsere werksgeschulten Mitarbeiter !!!**

Eines der unvergänglichen
 Wahrzeichen Münchens.



*Laß Dir raten,
 trinke SPATEN!*



**Schlüsselfertiges Bauen &
 Verleih und Montage von Fassaden-
 und Schutzgerüsten**

83543 Rott am Inn – Voglberg 16
Tel. 08039/40 87 39
Fax 08039/ 40 87 41

Internet: www.lindauer-baubetreuung.de
 e-mail: info@lindauer-baubetreuung.de

Die DAK informiert



Checkliste für die Reiseapotheke

Egal ob Sie ferne Ziele ansteuern oder im europäischen Ausland Urlaub machen: Eine gut sortierte Reiseapotheke gehört in jedem Fall mit in den Koffer, damit Sie kleineren Wehwehchen direkt zu Leibe rücken können. Meistens werden viel zu viele Medikamente eingepackt. Damit die Tasche nicht zu dick, aber für den Ernstfall mit den richtigen Medikamenten und Utensilien gefüllt ist, gehen Sie diese Checkliste ganz in Ruhe durch. Notieren Sie sich am besten die für Sie wichtigen Dinge und stellen Sie sie hinterher zusammen.

Falls Ihnen Verträglichkeiten oder Unverträglichkeiten bekannt sind, berücksichtigen Sie diese. Bedenken Sie auch, dass die Verfallszeit von Medikamenten in der Wärme unter Umständen kürzer ist als zu Hause, dass Medikamente in flüssiger Form eintrocknen oder ihre Wirkstoffe verdampfen und Zäpfchen schmelzen können.

Die Ausstattung der Reiseapotheke hängt vom Reiseziel, der Reisedauer und der Art der Reise ab. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Arzt, um notwendige Dauermedikamente mit der Reisevorsorge abzustimmen.

Unsere Ratschläge für eine Grundausrüstung:

Arzneimittel

- Medikamente, die regelmäßig eingenommen werden müssen, in ausreichender Menge
- Durchfallmittel
- Medikamente gegen Fieber, Schmerzen
- Antiseptika

Für Gebiete mit schlechter medizinischer Versorgung oder Neigung zu speziellen Erkrankungen:

- Mittel gegen Reisekrankheit
- Beruhigungs- und Schlafmittel
- Mittel gegen Völlegefühl, Verstopfung, Erbrechen
- Arzneien, die Erkältungsbeschwerden lindern
- Augentropfen
- Salbe oder Gel gegen Verstauchungen, Prellungen
- Wund- und Heilsalbe sowie ein Desinfektionsmittel
- Mittel zur Abwehr von Insekten
- kühlendes, juckreiz- und schmerzstillendes Mittel bei Insektenstichen und Sonnenbrand
- krampflösende Mittel
- Mittel gegen Allergien

Sonstiges

- Verbandmull (8cm), Pflaster, elastische Binden (8cm), Klebestreifen;
- Pinzette, Schere, Einmalhandschuhe, Sicherheitsnadeln;
- Fieberthermometer;
- Ersatzbrille für Brillen- und Kontaktlinsenträger.