



Empfohlene Apothekenliste für Tagestouren

Zusammengestellt von Dr. Astrid Kuonen

2 elastische Binden

Heftpflaster

Tape

Desinfektionsmittel

1 Schmerzmittel (Voltaren/Irfen/Brufen oder Flector) ggf. zusätzlich Dafalgan

Wärmedecke

Traubenzucker

In Reserve gegen Durchfall: Imodium

pro Gruppe:

1 Beatmungsmaske

1-2 Sam Splint

Höhenmedikamente:

- Kortison (Fortecortin)
- Nifedipin bzw. Viagra (nicht mit Nitroglycerin kombinieren)
- evtl. Diamox (zur Akklimatisation, Vorsicht Wassertreibend)