

## CHANCE ZUR INDIVIDUELLEN BERATUNG

# Eine gut bestückte Reiseapotheke stärkt die Vorfreude

Bitte Kunden die Apothekenmitarbeiter darum, eine Reiseapotheke zusammenzustellen, bietet dies dem Team in der Offizin die gute Gelegenheit, individuell auf die geplanten Aktivitäten der Kunden im Urlaub einzugehen. Dabei können sie die zumeist erwartungsfrohe Stimmung dafür nutzen, nicht nur zwischenmenschliches Interesse, sondern auch fachliche Kompetenz zu beweisen.

Foto: iStockphoto

→ Eine Kundin, Mitte 30, betritt die Apotheke. Sie hat eine Liste bei sich, auf der verschiedene Medikamente sowie Pflaster aufgeführt sind. Frau Meier, eine junge PTA, stellt die verlangten Dinge zusammen und erkundigt sich: „Darf ich fragen, wozu Sie dies alles benötigen?“ Die Kundin erklärt: Wir fahren in Urlaub, und ich stelle unsere Reiseapotheke zusammen.“ „Das ist aber schön für Sie, dass Sie Urlaub haben. Wo geht die Reise denn hin?“, fragt die Apothekenmitarbeiterin nach und erfährt, dass das Reiseziel Südafrika ist. Daraufhin ergänzt sie: „Hier habe ich eine Checkliste für Sie, auf der Sie zusätzliche gute Tipps für die Reiseapotheke finden. Die können Sie sich zuhause in Ruhe durchlesen, und wenn Sie noch etwas benötigen, kommen Sie gerne wieder hier vorbei. Ich wünsche Ihnen schon jetzt einen angenehmen Urlaub.“ Mit diesen Worten verabschiedet Frau Meier ihre Kundin.

## Die Fallanalyse: Was lief gut?

Frau Meier, als junge PTA, hat gefragt, wozu die Kundin die verlangten Medikamente benötigt. Sie bekommt dadurch die wichtige Information, dass die Kundin Urlaub in Südafrika macht. Die Atmosphäre des Gesprächs war freundlich und teilnehmend. Die Checkliste, mit der sich kontrollieren lässt ob die Reiseapotheke alle notwendigen Medikamente und zusätzlichen Utensilien enthält, ist heute in vielen Apotheken Standard. Die guten Wünsche für einen schönen Urlaub am Abschluss des Gesprächs verstärken den interessierten und freundlichen Eindruck.

## Chancen zur Verbesserung

Die Stärke des Gesprächs zwischen PTA und Kundin lag eher auf dem zwischenmenschlichen als auf dem fachlich kompetenten Bereich. Hier hat die Mitarbei-

terin die große Chance vergeben, durch weitergehende Fragen und individuelle Beratung die besonderen Stärken der Apotheke gegenüber dem Kunden zu betonen. Denn Checklisten finden sich auch im Internet oder in gedruckten Diensten, sie bieten jedoch nicht die persönliche, auf die ganz spezielle Situation des jeweiligen Kunden bezogene Beratung.

## Welche weiterführenden Fragen sind sinnvoll?

Die Kundin antwortete auf die entsprechende Frage der PTA: „Wir fahren in den Urlaub.“ Hier sollten sich weitere Fragen anschließen: Wie viele Personen fahren mit? Welches Alter haben sie – handelt es sich um Kinder, Erwachsene, ältere Menschen? Welcher Art wird der Urlaub sein – ist es eine Städtereise, sollen Nationalparks besucht werden, handelt es sich um einen Trekkingurlaub? Wie lange wird der Urlaub dauern?

## Woran sollte man bei der Reisevorbereitung denken?

Die Hinweise zu den empfohlenen Impfungen sind vom Reiseziel abhängig. Bei reinen Städtereisen und Aufhalten ausschließlich in Hotels reichen die Grundimmunisierungen aus. Bei Besuchen in Nationalparks oder einem Trekkingurlaub besteht ein Malariarisiko, und es ist abzuklären, ob eine Stand-by-Medikation anzuraten ist oder eine Prophylaxe betrieben werden sollte. Bei möglichem Kontakt mit Tieren, z. B. streunenden Hunden, ist an eine Tollwutimpfung zu denken. Auf jeden Fall sind gute, lang wirksame Repellenzien in ausreichender Menge für alle Reisen zu empfehlen.

Bei Sonnenschutzmitteln ist es wichtig, auf die Menge und den passenden Lichtschutzfaktor zu achten. So macht es durchaus Sinn, wenn mehrere Personen reisen, drei bis vier Packungen der entsprechenden Produkte mitzunehmen. Für Südafrika empfiehlt sich ein hoher Sonnenschutzfaktor. Kinder, am besten auch die Erwachsenen, sollten darüber hinaus zusätzlich einen Sonnenhut tragen.

Wichtig ist die Frage nach der Flugroute: Zwischenlandungen in anderen afrikanischen Ländern kommen einer Einreise aus diesen Ländern gleich. Z. T. wird hier eine Gelbfieberimpfung benötigt. Angesichts der Länge des Fluges sollte auch auf die Thromboseprophylaxe geachtet werden. Raucher benötigen bei langen Flugzeiten zudem möglicherweise nikotinhaltige Kaugummis.

In die Reiseapotheke gehören darüber hinaus die Arzneimittel, die sich bei den



Foto: iStockphoto

## Fazit

Gerade bei der Beratung zur Reiseapotheke kann die Apotheke mit ihrer individuellen, auf den Kunden zugeschnittenen Beratung punkten. Dazu ist es wichtig, die Details des Urlaubs zu erfragen und eine maßgeschneiderte fachlich kompetente Beratung anzubieten.

Kunden bereits bewährt haben. Manche Menschen reagieren auf veränderte Nahrungsangebote mit Obstipation, andere bekommen schnell Durchfall. Für beide Fälle muss vorgesorgt werden.

In vielen Ländern kosten Medikamente weniger als in Deutschland. Was dazu verleiten kann, den Kauf der entsprechenden Präparate auf den Urlaubsort zu verschieben. Aber: Vor allem in außereuropäischen Ländern sind die Qualitätsanforderungen nicht so hoch wie hierzulande. Außerdem sind Medikamentenfälschungen im Umlauf. Daher ist den Kunden dringend zu empfehlen, die Reiseapotheke bereits zu Hause zusammenzustellen.

## Grundausrüstung der Reiseapotheke

Zur Grundausrüstung, nicht nur bei der Reise in heiße Länder, gehören ein Erste-Hilfe-Set mit Verbandsmaterial und Desinfektionsmittel, Mittel gegen Fieber (bei Reisen in ein Malariagebiet an ein bruchsicheres Fieberthermometer denken) und Schmerzen. Für heiße Reisegebiete ist von Zäpfchen abzuraten. Des Weiteren gehören Arzneimittel gegen Erbrechen, Übelkeit, Allergien (Insektenstiche, Sonnenbrand), Husten, Schnupfen, Halsschmerzen, Prellungen und Blasenpflaster in die Reiseapotheke – und bei einem Trekkingurlaub darüber hinaus Wasserentkeimungstabletten.

Schon bei leichtem Schnupfen empfiehlt es sich, etwa 30 Minuten vor dem Start ein abschwellend wirkendes Nasenspray anzuwenden, um den Druckausgleich während des Fluges zu gewährleisten und damit auch Ohrschmerzen vorzubeugen. Kontaktlinsenträger benötigen wegen der trockenen Luft im Flugzeug künstliche Tränen. Noch besser ist

es, statt der Linsen eine Brille während des Fluges zu tragen.

## Welche kostenlosen Tipps sind sinnvoll?

Ganz unabhängig von medizinischer Vorsorge können die Mitarbeiter im Gespräch auch darauf hinweisen, dass die Kunden ihre Pässe auf Gültigkeit überprüfen sollten und es zudem ratsam ist, sich die Notrufnummern des Urlaubslandes zu notieren. Bei Dauermedikation sollten die Verfalldaten der Präparate kontrolliert und – wichtiger Tipp – die Arzneimittel sollten inklusive Beipackzettel im Handgepäck transportiert werden: Zum einen vertragen manche Medikamente die Minustemperaturen im Gepäckraum des Flugzeuges nicht. Zum anderen können Koffer auch einmal verspätet am Zielflughafen eintreffen. Bei Flügen in West- oder Ostrichtung kann die Apothekenmitarbeiterin Hinweise zur korrekten Medikamentendosierung trotz Zeitverschiebung geben. Und schließlich kann den Kunden auch empfohlen werden, eine Auslandskrankenversicherung abzuschließen und sich ggf. eine Ausfuhrbescheinigung für BTM-Medikamente zu besorgen. Chronisch Erkrankte sollten an einen Patientenpass in englischer Sprache denken. +

**Dr. Lieselotte Hartmann** | Die Autorin ist Fachapothekerin für Offizinpharmazie, Trainerin bei Redline, der Agentur für Apothekentraining | Kontakt: l.hartmann@redline-seminare.de

## Infos aus dem Netz

Deutsche Gesellschaft für Tropenmedizin:  
[www.dtg.org](http://www.dtg.org)

Bundeszentrale für gesundheitl. Aufklärung:  
[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

Tropeninstitut Hamburg:  
[www.bni.uni-hamburg.de](http://www.bni.uni-hamburg.de)

Reisen und Gesundheit:  
[www.travelmed.de](http://www.travelmed.de)

Robert-Koch-Institut:  
[www.rki.de](http://www.rki.de)