



# Kinder-Hausapotheke: Was hineingehört und worauf es zu achten gilt

Hamburg

Ob im Sommer, Herbst, Winter oder Frühling: Steht eine Grippewelle an, ist der Bedarf an Arzneimitteln groß. Das kann schnell zu einem Medikamentenmangel führen, unter anderem bei den Präparaten für Kinder. Damit der Vorrat in der heimischen Kinder-Hausapotheke erst gar nicht zur Neige geht, sollten Eltern ihren Bestand regelmäßig auffüllen. Wir erklären, was es dabei zu beachten gilt und welche Arzneimittel auf keinen Fall fehlen dürfen.

## Arzneimittel bei Erkältung, Fieber oder Schmerzen

Das Wichtigste: In die Kinder-Hausapotheke gehören nur Medikamente, die auch für Kinder geeignet sind. Die entsprechenden Hinweise finden sich entweder auf der Verpackung, stehen in den Packungsbeilagen oder werden in der direkten Beratung durch den Apotheker bzw. Kinderarzt angesprochen. Zur Grundausstattung gehören sollten fiebersenkende und schmerzstillende Mittel mit Wirkstoffen wie zum Beispiel Paracetamol oder Ibuprofen, die je nach Alter in Form von Zäpfchen oder Saft verabreicht werden können. Vorher muss das Fieber jedoch erst mit einem Thermometer festgestellt werden, das deswegen ebenso in die Hausapotheke gehört.

Kinder haben zudem häufiger Blähungen oder Bauchschmerzen. Hier helfen Entschäumer – Medikamente, die die Oberflächenspannung der Gasblasen, die Blähungen oder ein Völlegefühl im Darm verursachen, reduzieren und zerfallen lassen. Gegen Erkältungen, die meist aus dem Kindergarten oder der Schule mit nach Hause gebracht werden, sind spezielle Hustensäfte, Nasentropfen oder Nasensprays für Kinder bewährte Mittel. Wichtig: Unbedingt auf die Packungsbeilage achten, denn die empfohlene Dosierung der Anwendung liegt deutlich unter der für Erwachsene. Für ältere Kinder bieten sich auch Lutschtabletten an, Kräutertees können ebenfalls zahlreiche Beschwerden lindern, zum Beispiel Kümmel bei Blähungen und Kamille bei Magenschmerzen.

## Verbandsmaterial, Salben und Co: Wichtige Hilfsmittel, die nicht fehlen dürfen

Sobald es wieder wärmer wird, spielen Kinder am liebsten draußen. Weil es dort auch Mal etwas wilder zugeht, sind offene Knie, Beine und Arme keine Seltenheit. Mit Wund- und Heilsalben sowie Pflastern und Verbänden sind Eltern bestens für die Erstbehandlung ausgestattet. Stichwort Salbe: Wenn sie Zinkoxid enthält, ist sie auch für Kleinkinder mit wundem Po oder Entzündungen eine sehr gute Wahl. Antihistamin-Gels lindern hingegen den Schmerz bei Insektenstichen und Sonnenbrand. Beim Toben im Freien lässt sich auch der ein oder andere Splitter nicht vermeiden. Mit einer Pinzette können sie einfach entfernt werden.

## Kühl und sicher lagern, richtig entsorgen: Tipps zur Aufbewahrung

Damit Medikamente – sowohl bei Kindern als auch bei Erwachsenen – wie erhofft wirken, ist die richtige

Aufbewahrung essenziell. Grundsätzlich sollten sie kühl, trocken und dunkel gelagert werden. Für manche Arzneimittel, zum Beispiel Insulin, [empfiehlt die Verbraucherzentrale](#) eine Lagerung im Kühlschrank, wobei eisiger Frost vermieden werden soll. Wichtig ist auch ein sicherer Platz, sodass Kinder keinen Zugriff auf die Medikamente haben. Ein abschließbares (Medizin-)Schränkchen ist hier die beste Wahl; als Raum bietet sich das Schlafzimmer an, denn dort ist es meist angenehm kühl und dunkel.

Eine gut gefüllte Kinderhausapotheke ist die beste Basis für die Erstbehandlung von Erkrankungen und Verletzungen der Kleinsten. Reicht sie nicht aus und werden ärztliche Behandlungen notwendig, sind Eltern mit einer [Krankenzusatzversicherung](#) der HanseMerkur bestens abgesichert.

---

## Bildquellen

- thermometer-5185847\_1280.jpg: Pixabay