Apothekerverband
des Kantons Bern
Association des Pharmaciens
du Canton de Berne

Medienmitteilung Apothekerverband des Kantons Bern

Sorglos in die Ferien – dank optimaler Vorbereitung in der Apotheke

Im Sommer halten wir uns wieder mehr im Freien auf, tanken Sonne und Wärme, fahren in die Berge oder ins Ausland. Die Berner Apotheker beraten kompetent, wie man sich optimal auf die warme Jahreszeit vorbereitet. Beispielsweise in welchen Ländern welcher Impfschutz obligatorisch oder empfohlen ist, worauf bei der Verhütung bei Zeitverschiebung zu achten ist oder wie Wechselwirkungen von Medikamenten vermieden werden können.

Bern, 03. Juli 2017 – Ganz egal wohin es in den Ferien geht, ob in die Berge, ans Mittelmeer oder in die Sahara. Um gesund zu bleiben, sollte man sich mit den Gegebenheiten vor Ort – Klima, Essgewohnheiten, Impfvorschriften, Sonneneinstrahlung oder Zeitverschiebung – bereits frühzeitig vertraut machen. Doch oft ist vor den Ferien noch viel anderes zu erledigen. Die Apothekerinnen und Apotheker des Kantons Bern helfen bei der Reisevorbereitung: rasch, unkompliziert und ohne Voranmeldung.

Apotheker prüfen Bedingungen für die Einreise sowie Einfuhrerlaubnis für Medikamente
«Die Berner Apotheker geben gerne Auskunft, welche Impfungen für welche Destinationen für die Einreise obligatorisch oder empfohlen sind. Zudem überprüfen sie aufgrund des Impfbüchleins den bestehenden Impfschutz und verweisen bei Bedarf an einen Arzt in der Umgebung», erklärt Daniel Wechsler, Vorstandsmitglied des Berner Apothekerverbandes. Auch wissen die Apotheker Bescheid, ob Medikamente gegen chronische Erkrankungen – Psychopharmaka oder Schmerzmittel – im bereisten Land legal und welche Alternativen möglich sind. Apotheker absolvieren eine mehrjährige Ausbildung und verfügen insbesondere im Bereich der Prävention über einen hohen Wissensstand.

Reiseapotheke: Sonnenschutz, Durchfallmedikamente und Verhütungsmittel
In jede Reiseapotheke gehört ein individuell dem Hauttyp angepasster Sonnenschutz. Erhebungen der Krebsliga zeigen, dass hierzulande jährlich etwa 2500 Personen an Hautkrebs erkranken, womit die Schweiz einen Spitzenplatz in Europa einnimmt. Gerade Babys und Kinder sind sehr empfindlich gegenüber UV-Licht und müssen deswegen speziell geschützt werden. Weiter wird in fernen Ländern anders gekocht als hierzulande, weshalb Europäer immer wieder mit Durchfallerkrankungen zu kämpfen haben. Eine Elektrolyt-Pulver zur Rehydrierung sollte deshalb mit ins Gepäck. Und bei Verhütungsmitteln ist besonders bei grossen Zeitverschiebungen Vorsicht geboten. Auch hier beraten die Apotheker, wie die Einnahme während der Ferien anzupassen ist.

Wechselwirkungen oder unerwünschte Nebenwirkungen vermeiden
Dank kompetenter Beratung können mit einem Besuch in der Apotheke oftmals unerwünschte Nebenwirkungen durch Medikamente vermieden werden. «Auf Reisen in Dengue-Epidemie-Gebiete sollte Fieber beispielsweise nie mit Ibuprofen oder anderen entzündungshemmenden Schmerzmitteln gesenkt werden, sondern nur mit dem Wirkstoff Paracetamol», erläutert Sabine Kuert, Inhaberin der eigerApotheke in Bern. Wissenswert ist zum Beispiel auch, dass der Mückenspray Anti-Brumm Kunststoff auflöst und Flipflops deshalb vor dem Besprayen ausgezogen werden sollten.

Münzgraben 6
Postfach
3001 Bern

031 326 27 30
info@apobern.ch
www.apobern.ch

Apothekerverband
des Kantons Bern
Association des Pharmaciens
du Canton de Berne

Beschwerden bei der Heimkehr? Die Berner Apotheken sind rund um die Uhr da

Apotheken im ganzen Kanton Bern gewährleisten jederzeit den Zugang zu wichtigen Heilmitteln. Verschreibungspflichtige Medikamente können auch nachts eingelöst werden. Zudem stehen die Medikamentenexperten 24/7 mit medizinischer Beratung den Kundinnen und Kunden zur Seite. Somit steht schnell und unkompliziert professionelle Hilfe zur Verfügung, falls nach der Rückkehr aus den Ferien unerwartet Beschwerden jeglicher Art auftreten.

Die Berner Apotheken nehmen sich gerne Zeit für die persönliche Beratung, stellen auf Wunsch die individuelle Reiseapotheke für Reisende zusammen und überprüfen unbürokratisch den aktuellen Impfstatus. Damit alle Kundinnen und Kunden auch in den Ferien rundum versorgt sind und die Zeit mit ihren Liebsten unbeschwert geniessen können.

Auskunft:

Daniel Wechsler, Vorstand Apothekerverband des Kantons Bern, Verwalter Dropa Apotheke Bern, 031 311 65 88.

Sabine Kuert, Vorstand Apothekerverband des Kantons Bern, Inhaberin eigerApotheke in Bern, 031 371 22 03.

Weiterführende Informationen zum AKB finden Sie unter: www.apobern.ch

Der Apothekerverband des Kantons Bern (AKB) vertritt die Anliegen des Berufsstandes und wahrt die Berufsinteressen seiner Mitglieder gegenüber Behörden, Institutionen, anderen Organisationen und der Öffentlichkeit. Von den zurzeit rund 180 Apotheken im Kanton Bern sind 118 Mitglied im Apothekerverband des Kantons Bern. Weitere Informationen zum Verband und seinen Mitgliedern finden Sie auf der Webseite: www.apobern.ch

Münzgraben 6
Postfach
3001 Bern

031 326 27 30
info@apobern.ch
www.apobern.ch