

# Aufräumen!

## Ordnung im Medizinschrank



Was tun Sie, wenn Ihr Kind mitten in der Nacht mit fiesen Magen-Darm-Viren kämpft oder hohes Fieber die nächtliche Ruhe stört. Starten Sie auch eine hektische Suche nach dem richtigen Medikament? Was aber, wenn der Saft gegen Erbrechen leider leer oder die Fieberzäpfchen schon längst abgelaufen sind? Um solche Situationen zu vermeiden ist es sinnvoll, mindestens einmal jährlich Ordnung bei den Medikamenten zu schaffen.

Überprüfen Sie zuerst einmal jedes Haltbarkeitsdatum, wahrscheinlich werden Sie sich wundern, wie viel sich da angesammelt hat, was sofort entsorgt werden kann. Bei der Aufbewahrung finde ich es zweckmäßig, Medikamente für Kinder von denen für Erwachsene zu trennen. Gut zur Aufbewahrung eignen sich Aufbewahrungsboxen, Schubladen oder ähnliches, wo man die Medikamente von oben erkennen kann und nicht, wie im klassischen Medizinschrank, erst 10 Packungen beiseite räumen muss, um das Gewünschte zu erreichen. Selbstverständlich müssen diese Aufbewahrungen für Kinder unerschbar sein. Hilfreich ist es auch, die Medikamente nach deren Anwendung zu sortieren, z.B. Magen/ Darm, Erkältung, Fieber/Schmerzen, etc. Und wenn Sie sich die Zeit nehmen, die entsprechende Dosierung für Ihr Kind gut sichtbar oben auf die Packung zu schreiben, dann sparen Sie sich zukünftig auch noch nerviges Hantieren mit der Packungsbeilage. Ich hoffe Sie bleiben „ordentlich“ gesund!

**Benötigen Sie mehr Information, Tipps und tatkräftige Unterstützung, rufen Sie mich an: Christiane Mühlmeil - Tel.: 0731-3805667 - [www.raum-u-zeit.de](http://www.raum-u-zeit.de)**