



**SGGM | SSMM**

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin  
Société Suisse de Médecine de Montagne  
Società Svizzera di Medicina di Montagna

**Schweizer Alpen-Club SAC**  
Club Alpin Suisse  
Club Alpino Svizzero  
Club Alpin Svizzer



## Modul 2: Mehrtagestouren (Ergänzung zu Modul 1)

Symptom/Erkrankung	Inhaltsstoff	Beispiel	Dosierung/Anwendung
Schneebblindheit	Fusidinsäure	Fucithal-mic®	Tropfgel, 1 Trp alle 4 h, bis Symptome bessern, danach alle 12 h, lokale Anwendung (Auge)
Durchfall *	Loperamid	Imodium®	Kps, Schmelztbl, anfangs 2 Stk, max. 8 pro Tag. Bei blutigem Durchfall oder Fieber: evtl. Antibiotikum erwägen
Bakterielle Infektionen von Magen-Darm- und Urogenital- Trakt, auch Infektionen der oberen und unteren Atemwege	Ciprofloxacin	Ciproxin® *	Tbl, 500 mg 2x tgl für mind. 3–5 Tage, po
Halsschmerzen	Lysozym, Cetylpyridin	Lysopain N®	Lutschtbl, 4–8x tgl, buc
Leichte Verbrennungen, Insektenstiche	Dimetindenmaleat	Fenistil®	Gel, lokale Anwendung (Haut)
Epileptischer Anfall	Lorazepam	Temesta expidet, 2,5 mg ® *	Schmelztbl, einmalig, wenn Anfall länger als 4 Min., ggf. nach 10 Min. wiederholen – alarmieren!
Herzinfarkt	Nitroglycerin	Nitroglycerin Streuli ® *	Kaukaps, 1–2x, po, alarmieren
Schnupfen (abschwellend)	Dimetidin	Vibrocil ®	Trpf, 3– 4x tgl, nasal
Husten	Dextromethorphan	Bexin-Hustentabletten®	Tbl, max. 3–4x 25 mg tgl, po
Magenschmerzen, Sodbrennen	Omeprazol	Omeprazol Mepha®	Tbl, 40 mg, 1x tgl, po
Trockene, verkrustete und verletzte Nasenschleimhaut	Dexpanthenolum	Bepanthen ®	Salbe, nasal
Übelkeit, Erbrechen	Domperidon	Motilium lingual ®	Schmelztbl, 10 mg, bis 3x tgl vor dem Essen, sl
Bauchkrämpfe	Scopolamin	Buscopan®	Drg, 10 mg 1–3x tgl, po
Unterzuckerung (Hypoglykämie)	Kristall-/Würfelzucker, Traubenzucker		2–4 Würfelzucker, buc
Leichte Verstauchungen, Blutergüsse	Arnika-Globuli	Similasan®	Globuli, 3–6x tgl, po



**SGGM | SSMM**

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin  
Société Suisse de Médecine de Montagne  
Società Svizzera di Medicina di Montagna

**Schweizer Alpen-Club SAC**  
Club Alpin Suisse  
Club Alpino Svizzero  
Club Alpin Svizzer



### Sonstiges

Elastische Binden (4 oder 6 cm)	Deckverband oder Druckverband
Selbstklebende Schnellverbände	
Fixomull®	Stretch Pflasterverband zur vollflächigen Fixierung von Wundauflagen, insbesondere an Gelenken, bewegten und konturierter Körperpartien
Splitterpinzette	Entfernen von spitzigen Gegenständen
Wundversorgung	Steristrip®, Histoacryl® bei sauberen Wunden und gut adaptierbaren Rändern (Schnittwunden)
Spritzen	Verabreichen von Medikamenten (intravenös, intramuskulär oder peroral – Kinder!)