

# NOTFALL, HILFE, BERATUNG

## Tox Info Suisse

Telefon 145 (24-h-Notfall-  
nummer bei Vergiftungen)  
info@toxinfo.ch

## Kantonsspital Obwalden

Notfallstation 041 666 41 20  
Notfallpraxis 041 666 41 26  
(Sa/So/Feiertage 09.00–20.00 Uhr)

## Hausärztlicher Notfalldienst

Telefon 041 660 33 77

## Luzerner Psychiatrie Klinik Sarnen

Telefon 058 856 59 59

## Die Dargebotene Hand Zentralschweiz 143

Telefon 143

Mail- und Chatkontakt  
unter [www.143.ch](http://www.143.ch)

## Beratung + Hilfe 147: Hilfe für Kinder und Jugendliche in Not

Telefon 147, [www.147.ch](http://www.147.ch)  
SMS-Beratung 147  
Pro Juventute-Chat 147  
[147@projuventute.ch](mailto:147@projuventute.ch)

## Jugend-, Familien- und Suchtberatung Kanton Obwalden

Telefon 041 666 62 56  
[jugendberatung@ow.ch](mailto:jugendberatung@ow.ch)  
[suchtberatung@ow.ch](mailto:suchtberatung@ow.ch)

# MEDIKAMENTEN- KONSUM UND -ENTSORGUNG



Medikamenten-  
entsorgung im  
Sammelmonat  
November

Diese Aktion wird unterstützt von:

Obwaldner  
Drogisten



Obwaldner  
Apotheken



Obwaldner  
Ärzte

OW~cura



Gesundheitsförderung  
Schweiz

EYHUIS  
6078 LUNGERN  
Das gemütliche Haus am See

ENTSORGUNGSZWECKVERBAND  
OBWALDEN  
WERTSTOFFE SICHERN

LABORATORIUM  
DER URKANTONE

## Für weitere Informationen

Fachstelle Gesellschaftsfragen Obwalden  
Dorfplatz 4, 6060 Sarnen  
T 041 666 64 61  
[www.ow.ch](http://www.ow.ch)

Gesundheitsamt  
St. Antonistrasse 4, 6060 Sarnen  
T 041 666 62 54  
[www.ow.ch](http://www.ow.ch)



Kanton  
Obwalden

Gesundheitsamt

Fachstelle Gesellschaftsfragen  
Gesundheitsförderung und Prävention

## Medikamentenkonsument – verantwortungsvoller Umgang im Alltag

Manchmal kann bei gesundheitlichen Beschwerden nicht auf Medikamente verzichtet werden. Herausforderungen am Arbeitsplatz, Leistungs- und Konkurrenzdruck in der Schule, komplizierte Beziehungen, Streit, Informationsflut, fehlendes oder beanspruchendes Freizeitprogramm können zu gesundheitlichen Auswirkungen führen. Nicht nur Erwachsene, sondern bereits Kinder und Jugendliche sehen sich mit belastenden Situationen konfrontiert und fühlen sich dadurch gestresst. Daraus folgen Beschwerden und Symptome – diese sollten jedoch nicht ohne fachliche Beratung medikamentös behandelt werden.

Verordnete Medikamente sollten nach einer Akuttherapie nur nach Rücksprache mit dem Hausarzt / der Hausärztin weiterverwendet und aufbewahrt werden. Mehrfachverordnungen müssen ebenfalls laufend kontrolliert werden.



**Tipp: Lassen Sie die verschiedenen verordneten Medikamente regelmässig von Ihrer Hausarztpraxis oder Apotheke überprüfen (auch fremdverordnete und selbst gekaufte).**

## Medikamente bei Kindern und Jugendlichen

Kinder und Jugendliche klagen gegenüber ihren Eltern etwa über Unwohlsein, Prüfungsangst, Nervosität, Schlaflosigkeit oder Leistungstiefs. Eltern sollen in solchen Fällen keine Medikamente zur Behandlung der Beschwerden abgeben. Medikationen für Erwachsene sind nicht für Kinder und Jugendliche geeignet. Anstatt rasch und häufig zu Medikamenten zu greifen, sind oft alternative Methoden angebracht wie Bewegung, Entspannungstechniken, Ausruhen oder Gespräche mit anderen Eltern und Bezugspersonen. Bei Bedarf soll eine ärztliche oder psychologische Beratung in Anspruch genommen werden.

## Tipps für Eltern

- Vorbild sein und einen risikoarmen Umgang mit Medikamenten zeigen.
- Bei Unwohlsein nachfragen und gemeinsam versuchen, die Ursachen zu finden.
- Ohne fachliche Empfehlung keine Medikamente, auch keine rezeptfreien, einsetzen.
- Für Aufmerksamkeit, Zuwendung, ausreichend Schlaf, Erholung und Bewegung sowie ausgewogene Ernährung sorgen.
- Besteht ein Verdacht, dass Ihr Kind Medikamente ohne Ihr Einverständnis einnimmt, sprechen Sie es an und informieren Sie es über die Risiken.
- Holen Sie sich Hilfe und Beratung bei Fachpersonen (Hinweise siehe Rückseite dieses Flyers).

## Was gehört in eine Hausapotheke?

- |   |                                 |
|---|---------------------------------|
| - Ärztlich verschriebene Medikamente      | - Reisemedikamente              |
| - Notfallmedikamente                      | - Desinfektionsmittel           |
| - Medikamente gegen Schmerzen             | - Pflaster und Verbandsmaterial |
| - Medikamente gegen Erkältungskrankheiten | - Schere                        |
| - Medikamente gegen Allergien             | - Fieberthermometer             |



Medikamente sollten stets in der Originalpackung inklusive Packungsbeilage und Dosierlöffel belassen werden. Nur richtig dosierte Medikamente helfen! Das Ablaufdatum muss vor jeder Wiederverwendung kontrolliert werden!



## Wo befindet sich die Hausapotheke?

- An einem trockenen und kühlen Ort (z. B. Schlafzimmer).
- Sicher vor Kindern und Haustieren (ausser Reichweite, evtl. unter Verschluss).

Laut Tox Info Suisse vergiften sich täglich 30 Menschen mit Medikamenten. 48 Prozent davon sind Kinder, meist im Vorschulalter. Mit der richtigen Aufbewahrung lassen sich Vergiftungsfälle verhindern!

## Wie schaffe ich Ordnung in der Hausapotheke?

- Mindestens jährlich alle Medikamente ausräumen und die Hausapotheke reinigen.
- Abgelaufene und nicht mehr gebrauchte Medikamente sowie Medikamentenreste von einmaligen Behandlungen entsorgen, insbesondere Augentropfen und Antibiotika.
- Abgelaufene Notfallmedikamente erneuern.



## Wie entsorge ich abgelaufene und nicht mehr gebrauchte Medikamente?

Medikamente gehören weder in den Abfall noch in den Abfluss! Medikamente müssen fachgerecht entsorgt werden. Während des Sammelmonats November können diese in Ihrer Arztpraxis, Apotheke, Drogerie, in Lungern zusätzlich im Eyhuis oder im Kantonsspital Obwalden abgegeben werden.



**Entsorgen Sie während des Sammelmonats November Ihre abgelaufenen oder nicht mehr gebrauchten Medikamente (Tabletten, Kapseln, Salben, Tinkturen, Tropfen etc.) in Ihrer Arztpraxis, Apotheke, Drogerie (in Lungern zusätzlich im Eyhuis) oder im Kantonsspital Obwalden.**



Weitere Infos:  
EZV OW

**Achtung: Lösungsmittel und Giftstoffe müssen in separaten Sammelaktionen entsorgt werden! Ausserhalb des Sammelmonats können Medikamente jederzeit bei Apotheken, Drogerien, Hausärzten kostenlos abgegeben werden.**