



**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 3a: Fernreisen und Trekkings in tiefen Lagen (Ergänzung zu Modul 1 und 2)

### - länderspezifische Empfehlungen beachten!

Symptom/Erkrankung	Inhaltsstoff	Beispiel	Dosierung/Anwendung
Infektionen von Hals, Nase, Rachen, Mundhöhle, Mittelohr, Haut, Lungen	Amoxicillin-Clavulansäure	Augmentin® *	Tbl, 625 mg alle 8 h für 7–10 Tage, po
Durchfall in Asien, speziell Nepal	Azithromycin	Zithromax® *	Tbl, 500 mg, 1x tgl für drei Tage oder Einzeldosis 1000 mg, po
Durchfall oder Erbrechen (wiederholt), zur Rehydrierung	Glucose, Natriumchlorid, Kaliumchlorid, Natriumcitrat	Elotrans®	Btl, in 200 ml abgekochtem Wasser oder ungesüßtem Tee auflösen, po
Verstopfung	Bisacodyl	Dulcolax®	Drg, 1–2x tgl, po
Nasenbluten	Stopfmaterial, Stillung von Blutung	Tampon	Waagrecht in die Nase einführen, allenfalls in beide Nasenlöcher