

**Geneesmiddellijst KNRM, Toerzeilers en Kustzeilers, november 2016**

**Opmerkingen m.b.t. het gebruik van deze lijst:**

- 1 Voor normale vakantie-reizen is de kolom "NW.eur" geschikt, men kan immers altijd binnen 48 uur een apotheek vinden, en de ontbrekende middelen aanschaffen. Voor langere reizen (Atlantic, wereld, barre oorden) de andere lijst.
- 2 Lees ALTIJD goed de bijsluiter alvorens een onbekend middel te gebruiken.  
Een mogelijke check van het voorgeschreven middel kan op [www.farmacotherapeutischkompas.nl](http://www.farmacotherapeutischkompas.nl)
- 3 Bij reeds aanwezige medicatie, altijd eerst overleggen met uw apotheker of huisarts, sommige middelen verdragen elkaar slecht.
- 4 Antibiotica altijd als kuur innemen. Na overleg met een(RMD) arts
- 5 Verkrijgbaarheid:  
Vrij: Supermarkt, tankstations, Kruidvat etc.  
D = Drogist  
A = Apotheek (zonder recept)  
UR = Uitsluitend op recept van (huis)arts
- 6 In geval van twijfel contact leggen met de RMD (Radio Medische Dienst) Bellen, marifoon, satphone, email.
- 7 Onderstaande lijst geeft de werkzame stofnaam; In andere landen soms onder een andere handelsnaam verkrijgbaar.
- 8 Voor sommige middelen gelden restricties in andere landen, zie [www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl). (uw situatie; medicijnen mee op reis)
- 9 Houdt een door de apotheek / huisarts verstrekte en getekende lijst (met kopieën) aan boord bij de medicijnkist.

	opmerking	RMD advies	Verkr.	NW Eur.	Lange reizen
<b>A Pijn en hoofdpijn:</b>					
A.1 Paracetamol tablet 500 mg	bij minder ernstige pijn		vrij	x	x
A.2 Paracetamol zetpil 500 mg en 1000 mg	als innemen oraal niet mogelijk is		vrij	x	x
A.3 diclofenac tablet 50 mg	denk aan maagbescherming (zie bij G)		A	x	x
A.4 Diclofenac zetpil 100 mg	ook geschikt bij koliekpijn		A	x	x
A.5 Diclofenac ampul 75 mg	injectie	RMD	UR		x
A.6 Morfine retardtablet 10 mg	bij zeer ernstige pijn	RMD	UR		x
<b>B Koorts:</b>					
B.1 Paracetamol tablet 500 mg			vrij	x	x
B.2 Paracetamol zetpil 500 mg en 1000 mg			vrij	x	x
<b>C Hoest:</b>					
C.1 Noscapinehydrochloride dragee 15 mg	(noscapect)		vrij	x	x
C.2 Codeine tablet 10 mg	Zie A: versterkt het pijnstillend effect		A	x	x
> Ook in combinatie met Paracetamol					
<b>D Diarree:</b>					
D.1 Loperamide 2 mg capsule	(Immodium) Let op het juiste gebruik (zie bijsluiter)		vrij	x	x
<b>E Obstipatie:</b>					
E.1 Bisacodyl 5 mg dragee			vrij		x
<b>F Misselijkheid:</b>					
F.1 Domperidon 10 mg tablet	Niet meer als zetpil verkrijgbaar in Nederland		UR		x
F.2 Metoclopramide 10 mg zetpil			UR		x
<b>G Maagtablet / maagbeschermer</b>					
G.1 Omeprazol 20 mg capsule			D, A		x
<b>H Zeeziekte en reisziekte:</b>					
H.1 Cinnarizine 25 mg tablet	Een half tot 2 uur voor vertrek innemen		A	x	x
H.2 Primatour tablet	Een half tot 2 uur voor vertrek innemen		vrij	x	x
H.3 Scopoderm TTS pleister	Pleister achter het oor. Werkt 3 dagen		UR		x
<b>I Uitdroging:</b>					
I.1 ORS sachet			D, A	x	x
<b>J Allergie:</b>					
J.1 Cetirizine tablet 10 mg	bij allergische huidreacties, jeuk		vrij	x	x
J.2 Fluticason neusspray			UR		x
J.3 Tavergil injecties	alleen bij ernstige allergische reacties	RMD	UR		x
<b>K Oogirritatie / -infectie:</b>					
K.1 Choramfenicol oogzalf			UR		x
K.2 Oogzalfbasis FNA	oculentum simplex (bij irritatie)		A		x
K.3 Hypromellose 0,3% oogdruppel			A		x
<b>L Verstopte neus:</b>					
L.1 Xylometazoline 0,1% neusspray	of spoelen met zout water		vrij	x	x
L.2 Fluticason neusspray			A		x

<b>M Oorirritatie / infectie:</b>					
L.2 Zure oordruppel	of tafel-azijn		D, A	x	x
L.3 Soframycine Dexametason	sofradex oordruppel	RMD	UR		x
<b>N Huidaandoening:</b>					
N.1 Fucidincreme	bacteriele huidinfecties	RMD	A	x	x
N.2 Terbinafinecreme	schimmelinfectie, voeten, liezen, oksels		vrij	x	x
N.3 Zilver sulfadiazinecreme	(open) brandwond (Flammazine)	RMD	UR	x	x
N.4 Betadine zalf /-oplossing	antiseptisch		vrij	x	x
N.5 Triamcinoloncreme 0,1%	irritatie, jeuk, eczeem, heftige zonnebrand		UR		x
N.6 Vaseline Cetomacrogolcreme	vaselinecreme 10% - bij droge huid		A		x
N.7 Zinksulfaat gel	Akolip, gel bij koortslip		A		x
N.8 Cetirizine tablet 10 mg	allergische huidaandoening				
<b>O Ontsteking:</b>					
O.1 Amoxicilline-clavulaanzuur 500/125 mg tablet	bacteriele infecties, 3 x daags.	RMD	UR		x
O.2 Azitromycine 500 mg tablet	bacteriele infectie	RMD	UR		x
O.3 Ciprofloxacine 500 mg tablet	urineweg-darminfecties	RMD	UR		x
O.4 Mebendazol 100 mg tablet	tegen wormen Dosering afhankelijk van soort worm		vrij		x
O.5 Fosfomycine	blaas ontsteking. Eenmalige inname	RMD	UR		x
O.6 Clotrimazol creme of ovules (div toedieningsvormen)	vaginale schimmelinfectie		A		x
<b>Z Overige Middelen (altijd eerst de huisarts en/of RMA raadplegen)</b>					
Doxycycline 100 mg tablet	ook bij tekenbeten (afwijkende dosering)	RMD	UR		
Acetylsalicylzuur 80 of 100 mg	ascal, bloedverdunner	RMD	UR		
Temazepam 10 mg	licht slaapmiddel		UR		
Diazepam 5 mg tablet	onrust en angst; valium	RMA	UR		
Cisordinol 2 mg of Haloperidol 1mg	psychosen	RMA	UR		

Geneesmiddelinformatie: [www.farmacotherapeutischkompas.nl](http://www.farmacotherapeutischkompas.nl)

Informatie betreffende het meenemen van geneesmiddelen naar het buitenland: [www.hetcak.nl](http://www.hetcak.nl): Uw situatie; medicijnen mee op reis.

H.C. de Jong, apotheker (Harry), voorheen Waldeck apotheek Den Haag,

Mail: [zeiljachtloesje@gmail.com](mailto:zeiljachtloesje@gmail.com)