

## Notfallausweis

Menschen mit Allergien, mit Unverträglichkeiten oder mit chronischen Erkrankungen, die eine regelmäßige Medikamenteneinnahme erfordern, sollten immer Notfallausweise bei sich tragen. Die Ausweise werden sinnvollerweise an mehreren Stellen aufbewahrt, damit sie im Notfall auch gefunden werden. Mögliche Aufbewahrungsorte:

- Geldbeutel
- Ausweismappe
- In einer speziellen Kapsel, die man als Anhänger um den Hals tragen kann
- Brusttasche
- In einem speziellen Schlüsselanhänger

Die Ausweise, zum Teil auch fremdsprachig, bekommt man z.B. vom Arzt, bei Selbsthilfegruppen, bei Krankenkassen, auf Gesundheitsseiten oder anderen Anbietern im Internet.