

**Der Umwelt zuliebe: Erst Wischen...**



**... dann Waschen!**

**Arzneistoffe gelangen ins Abwasser und werden in den Kläranlagen größtenteils nicht zurückgehalten. Dadurch gelangen sie in die Umwelt und können dort unerwünscht auf Tiere und Pflanzen wirken.**

### Was kann ich tun, damit weniger Creme- oder Gelreste in die Gewässer gelangen?

- ▶ Creme oder Gel ausschließlich gemäß Packungsbeilage bzw. fachlicher Beratung anwenden, also nur bei Symptomen und nicht z. B. vorbeugend gegen Muskelkater.
- ▶ Nur die vorgeschriebene Menge entnehmen und auftragen.
- ▶ Überschüssige Menge mit einem Papiertuch abwischen.
- ▶ Nach dem Auftragen die Hände zuerst mit einem Papiertuch abwischen, und dann waschen.
- ▶ Benutzte Papiertücher im Hausmüll entsorgen.
- ▶ Restmengen mitsamt der Tube entsprechend den regionalen Empfehlungen entsorgen.



**Mehr zur Entsorgung von Arzneimitteln in Ihrer Region:**  
[arzneimittelentsorgung.de](https://www.arzneimittelentsorgung.de)

- ▶ Wenn möglich, nicht-medikamentöse Behandlungen und Therapien in Erwägung ziehen (z. B. Krankengymnastik, Wärmflasche).

**Mehr zu Arzneimitteln und Umwelt:**  
[www.uba.de/ham](https://www.uba.de/ham)

**Umwelt  
Bundesamt**