

Reise-Checkliste aus Ihrer Apotheke

Die Zusammenstellung der Reiseapotheke hängt natürlich sehr von Ihrem Gesundheitszustand, dem Reiseziel und weiteren individuellen Faktoren ab. Neben den Medikamenten, die sie ohnehin regelmäßig einnehmen (Pille, Blutdruck etc.), gehören einige Mittel zur Grundausstattung:

Arzneimittel gegen:

- Fieber, Schmerzen, Grippe
- Mund- und Rachenentzündungen
- Durchfall
- Erbrechen
- Reisekrankheit
- Verdauungsbeschwerden
- Sonnenbrand, Insektenstiche, Allergie
- Nasentropfen
- Augentropfen (pro Person 1 Fläschchen)
- Präparat zum Ersatz von Mineralstoffen bei schwerem Durchfall
- Arzneimittel zur Prophylaxe spezieller „Tropenkrankheiten“ (z.B. Malariamittel – je nach Reisezeit)

Versorgung von Verletzungen:

- Mittel zur Hautdesinfektion
- Wund- und Heilsalbe
- Evtl. Aluminisierter Verbandmull gegen Verbrennungen
- Evtl. Elastische Binde (5cm/6cm)
- Evtl. Mullbinden (6cm und 8cm)
- Heftpflaster
- Pflaster Strips
- Fieberthermometer

Sonstiges:

- Insektenschutz
- Sonnenschutz

Reisen mit Kinder:

- Fiebersenkende Mittel (Zäpfchen, Saft)

- Elektrolytpräparat bei Durchfall/Erbrechen
- Mikrolistiere gegen Verstopfung
- Sonnenschutz/Insektenschutz für Kinder