



Checkliste Reiseapotheke

<p><u>Allgemeine Reiseapotheke:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Schmerzmittel, Fiebersenker• Mittel gegen Reiseübelkeit• Lotion oder Gel gegen Sonnenbrand• Mittel gegen Insektenstiche, Juckreiz• Fieberthermometer• Saft oder Tabletten gegen Husten oder Halsschmerzen• Nasenspray• Verbandsmaterial wie Pflaster, Mullbinden, Sterile Wundkompressen• Wund- und Heilsalbe• Mittel gegen Allergien (Antihistaminikum)• Zeckenzange• Mittel bei Magenbeschwerden• Durchfallmittel• Mittel bei Verstopfung• Mundschutz• Ohrentropfen (gerade im Tauchurlaub)• Desinfektionsmittel• Einmalhandschuhe• Schere (nicht im Handgepäck)• Pinzette	<p><u>Zusätzlich bei Fernreisen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Breitbandantibiotikum, falls länger kein Arzt zur Verfügung steht (rezeptpflichtig)• Insektenschutz, das für die bereiste Gegend empfohlen ist• Steriles Verbandsmaterial• Dreieckstuch• Goldene Folie gegen Wärmeverlust• Salbe gegen Brandwunden• Blasenpflaster bei langen Touren• Malariaenschutz je nach Risikogebiet• Moskitonetz• Infusionsbesteck• Einmalspritzen• Kochsalzlösung 500ml (je nach Land)• Elektrolyte• Wasseraufbereitungstabletten• Trinkwasserdesinfektionsmittel• Mittel gegen Durchfall oder Verstopfung evtl. im Land selbst erwerben
<p><u>Im Urlaub hilfreich:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Sonnenschutz (Hut und zum Auftragen)• Kühlende Pflege nach dem Sonnenbad• Ohrstöpsel• Kaugummi für den Druckausgleich bei Flugreisen• Kompressionsstrümpfe bei langen Flügen• Kondome	<p><u>Eigene Notizen:</u></p>

Alle individuellen Medikamente.

Kinder benötigen eigene Medikamente.