

Reiseapotheke Checkliste

Ins Handgepäck gehören:

- Persönliche Medikamente (Pille, chronische Krankheiten, Allergien – alles, was du regelmäßig nimmst / nehmen musst)
- Mittel gegen Reiseübelkeit
- Ohrstöpsel

Hinweis: Nimm diese Sachen dringend mit ins Handgepäck. Ein Koffer kann unterwegs verloren gehen, dann fehlen dir wichtige Medikamente vor Ort.

Diese Reiseapotheke kann/muss in den Koffer:

- Zur Versorgung von verschiedenen Wunden: Pflaster, Schere, Mullbinden, Salbe gegen Entzündungen, Abschürfungen, Desinfektionsmittel, Sicherheitsnadeln, Pinzette, Einmalhandschuhe)
- Fieberthermometer
- Schmerzmittel
- Fiebersenkendes Mittel
- Sonnenschutz
- Mittel zur Linderung von Sonnenbrand (kühlende Salbe, Gel)
- Mittel zur Abwehr von Insektenstichen
- Mittel zur Linderung von Insektenstichen
- Mittel gegen Erkältung (Halsschmerzen, Husten, Schnupfen)
- Mittel gegen Magen-Darm-Beschwerden (Durchfall, Verstopfung, Übelkeit)
- Mittel gegen Schlafstörungen
- Kondome

Fernreisen:

Bei Fernreisen unbedingt rechtzeitig einen Arzt konsultieren, er kann zu Reiseschutzimpfungen und Malariaschutz beraten!