

Meine Checkliste für die Reiseapotheke

Habe ich schon alles eingepackt?

- Medikamente gegen Reiseübelkeit und Kaugummi für den Druckausgleich im Flugzeug
- Sonnenschutzmittel
- Salbe für Sonnenbrand und Mittel gegen Sonnenallergie
- Mittel zur Insektenabwehr und Salbe für Insektenstiche
- Desinfektionsmittel und Wunddesinfektionsmittel
- Pflaster und Kompressen
- Schere und Splitter-Pinzette
- Wund- und Heilsalbe
- Salben gegen Sportverletzungen wie Prellungen, Schwellungen und Zerrungen
- Schmerzmittel
- fiebersenkende Mittel
- digitales Fieberthermometer
- Augentropfen gegen schmerzende Augen durch Zugluft oder Staub
- Medikamente gegen chronische Erkrankungen bzw. alle dauerhaft benötigten Medikamente
- Medikamente gegen Allergien wie Heuschnupfen oder Lebensmittelunverträglichkeiten
- Medikamente gegen Magen-Darm-Erkrankungen wie Sodbrennen und Verdauungsstörungen
- Medikamente gegen Erkältungen: Ohrentropfen, Nasenspray, Hustensaft etc.
- Medikamente gegen länderspezifische Krankheitsgefahren (zum Beispiel Malaria-Prophylaxe)
- Wasserentkeimungstabletten wenn kein sauberes Trinkwasser zur Verfügung steht