

Checkliste: Reiseapotheke

Grundsätzlich alle Medikamente, die zur Hausapotheke gehören, ergänzt um die Medikamente gegen typische Reisebeschwerden. Die genaue Zusammensetzung der Reiseapotheke hängt ab von der Art der Reise (z.B. Trekkingtour oder Strandurlaub), dem Reiseziel und von der medizinischen Versorgung im Urlaubsland.

Bei Magen-Darm-Beschwerden:

- Entschäumer
- Fencheltee
- Bäuchleinöl
- Traubenkernkissen
- Elektrolytlösung
- Kümmelzäpfchen



Bei Erkältung:

- Kochsalzlösung
- abschwellende Nasentropfen
- Paracetamol als Zäpfchen oder Saft
- Fieberthermometer
- schleimlösender Hustensaft oder Hustenstiller



Bei Wunden:

- Pflaster für Kinder
- Desinfektionsspray
- Wund- und Heilsalbe
- sterile Kompressen
- Verbandmaterial
- Verbandklammern oder starkes Pflaster



Beim Zahnen:

- Beißring
- Zahnungsgel
- Schmerzmittel



Sonstiges:

- Insektenschutz
- Sonnenschutz
- Windelbalsam
- kühlende Kompressen
- Pinzette
- Einmalhandschuhe
- Verbandschere

