

Checkliste: Die Reiseapotheke

Die vorgeschlagene Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und stellt nur eine von vielen Möglichkeiten dar. Vorsicht in Schwangerschaft und Stillzeit, bei Kindern und Senioren: nicht alle der aufgeführten Medikamente sind geeignet. Bitte fragen Sie vor der Einnahme deshalb immer Ihren Arzt und lesen die Packungshinweise. Außerdem müssen Sie die Lagerungshinweise des Medikamentes und seine Haltbarkeitsdauer beachten.

Grundausstattung Medikamente:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Schmerzmittel (Paracetamol oder Ibuprofen) gegen Schmerzen aller Art und gegen Fieber | <input type="checkbox"/> Virostatika wie beispielsweise Aciclovir in Salbenform gegen Lippenbläschen |
| <input type="checkbox"/> Antihistaminikum gegen Allergien, Sonnenbrand und Insektenstiche | <input type="checkbox"/> Mittel gegen Reizhusten und Halsschmerzen sowie schleimlösende Mittel |
| <input type="checkbox"/> Insektenabwehrmittel | <input type="checkbox"/> Abschwellendes Nasenspray bei Schnupfen. |
| <input type="checkbox"/> Mittel gegen Durchfallerkrankungen, beispielsweise Kohletabletten oder Loperamid | <input type="checkbox"/> Salben oder Gels mit nichtsteroidalen Antiphlogistika wie beispielsweise Diclofenac bei Prellungen und Verstauchungen |
| <input type="checkbox"/> Mittel gegen Verstopfung, beispielsweise als Zäpfchen (Achtung: Schmelzgefahr in heißen Ländern) oder zum Einnehmen | <input type="checkbox"/> Antiseptikum wie beispielsweise Povidon-Jod zur Wunddesinfektion |
| <input type="checkbox"/> Mittel gegen Reisekrankheit, beispielsweise Anticholinergika wie Scopolamin | <input type="checkbox"/> Augentropfen oder künstliche Tränen gegen leichte Bindehautentzündung |
| <input type="checkbox"/> Antimykotika gegen Fußpilz | <input type="checkbox"/> Sonnenschutzmittel mit geeignetem Lichtschutzfaktor |

Allgemeine Ausstattung:

- Verbandsmaterial
- Fieberthermometer
- Schere
- Sicherheitsnadeln
- Pinzette, Einmalhandschuhe
- Zeckenzange evtl. Moskitonetz
- Kondome

Zusatzmedikamente:

- evtl. Malariaphylaxemittel

Individuelle Medikamente:

Individuelle Dauermedikation wie beispielsweise Insulin, Blutdruck- und Herzmedikamente oder die Anti-Baby-Pille