

Reiseapotheke / Checkliste

Erste Abklärungen

Wann
Wohin
Wer
Wie lange
Reiseart (Hotel oder Backpacker?)
Abklärungen zum Land
Impfungen und Malaria

Erste Hilfe

Desinfektionsmittel
Wundsalbe
Verbandsmaterial: Pflaster, Gazekompressen, Elastische Binden, Blutstillende Watte, Schere, Pinzette, Steri-Strip (Wundverschluss), Blasenpflaster

Medikamente

Immer benötigte Medikamente (Pille, Dauer-Rezepte...) Immer ins Handgepäck!
Schmerzmittel und Fiebersenkung
Durchfall
Elektrolytersatz
Reisekrankheit
Kreislaufbeschwerden
Übelkeit und Erbrechen
Verdauungsbeschwerden und Magenkrämpfe
Magenbrennen
Verstopfung
Sonnenschutz
Allergien
Sonnenbrand
Mückenschutz
Gegen Mückenstiche
Ohrenschmerzen oder Taucherohrentropfen
Augenentzündungen
Prellungen und Verstauchungen
Erkältungen (Husten, Schnupfen, Halsschmerzen)
Leichtes Schlafmittel
Blasenentzündung
Vaginalpilz
Fusspilz
Evtl. Antibiotika

Für Tropenreisende

Einmalspritzen und Nadeln

Sonstiges

Trinkwasser-Desinfektion
Insektizid-Spray
Kontaktlinsen-Flüssigkeit
Lippenschutz mit UV-Filter
Herpesbläschen
Ohrenstöpsel
Rettungsdecke
Präservative
Nähzeug, Sicherheitsnadeln