



Reiseapotheke Checkliste

- **Schmerz- und Fiebermittel**
- Medikamente gegen **Durchfall**, Elektrolytmischungen
- Medikamente gegen **Verdauungsbeschwerden** wie Sodbrennen oder Verstopfung
- Medikamente gegen **Reiseübelkeit**
- Medikamente gegen **Erkältung**, Halsschmerzen, Husten und Schnupfen (abschwellende Nasentropfen erleichtern bei Flugreisen den Druckausgleich)
- **Antiallergika**
- **Sonnenschutzmittel, After-sun-Präparate, Repellentien**
- Desinfektionsmittel, **Wund- und Heilsalbe**
- Medikamente gegen **Sportverletzungen**/Kühlkompressen
- **Fieberthermometer**
- **Verbandsmaterial**, Schere (bei Flugreisen nicht ins Handgepäck), (Zecken-)Pinzette, Einmalhandschuhe
- **Medizinische Dokumente** wie Impfpass, Diabetikerausweis oder Allergiepass

Die Reiseapotheke wird ergänzt durch **individuell benötigte Arzneimittel** wie orale Kontrazeptiva oder Antihypertonika.

Was muss vor einer Reise bedacht werden?

- **E-Card** nicht vergessen
- **Impfstatus** erheben – idealer Weise 4-6 Wochen vor Reiseantritt
- bei Fernreisen an die Malariaprophylaxe denken
- **Insektenschutz**
- **Sonnenschutz**
- Infrastruktur vor Ort abklären

Wir stellen ihnen gerne eine individuelle Reiseapotheke zusammen bzw. informieren Sie gerne über die sinnvollen Impfungen für Ihr Urlaubsland. Fragen Sie uns.