

Checkliste Reiseapotheke



ARZNEIMITTEL/MITTEL GEGEN:

- Schmerzen (z. B. Zahn-, Kopf-, Gliederschmerzen); ggf. Migränemittel
- Fieber
- Durchfall
- Erkältung, Halsschmerzen, Husten und Schnupfen (z. B. abschwellende Nasentropfen, Hustenmittel, Halsschmerztabletten)
- Allergien, Insektenstiche oder Juckreiz (lokale und systemische Antihistaminika)
- Erbrechen
- Reiseübelkeit
- Verdauungsbeschwerden, z. B. Sodbrennen oder Verstopfung
- Verstauchungen, Prellungen etc. (z. B. Kühlkompressen, Kältespray, Schmerzmittel)
- ggf. Lippenherpes
- ggf. Schlafstörungen
- trockene Augen (Augentropfen)
- individuelle Dauermedikation in ausreichender Menge (unbedingt mehr als nur für die Dauer des Aufenthalts!)

JE NACH URLAUBSZIEL ZUSÄTZLICH:

- Insektenschutzmittel
- Sonnencreme / -gel / -spray und After-Sun-Produkte
- Malaria-Prophylaxe
- Kompressionsstrümpfe bei langen Flugreisen

AUSSERDEM:

- Produkte für die Wundversorgung: Desinfektionsmittel, Wund- und Heilsalbe, Einmalhandschuhe, Heftpflaster, sterile Kompressen, elastische Binden, Mullbinden, Wundpflaster, Brandwunden-Verbandpäckchen, Pinzette (evtl. Zeckenzange) und Schere aus Metall (bei Flugreisen nicht im Handgepäck transportieren!)
- digitales Fieberthermometer
- Krankenkasse-Chipkarte, ggf. Police private Auslandskrankenversicherung
- Notfallausweise (mit Name und Adresse, Auflistung der Dauermedikamente mit Angabe der ärztlichen Diagnose, Gebrauchsinformationen; SOS-Telefonnummern von zu Hause für eventuelle Rückfragen), Impfbuch
- ggf. internationaler Diabetikerausweis, Marcumar ausweis, Allergiepass
- ärztliches Attest nach dem Schengener Abkommen bei Mitnahme von Betäubungsmitteln (für Reisen in Mitgliedstaaten des Schengener Abkommens)
- ggf. Kondome

Datum, Apothekenstempel