

Checkliste für die Reiseapotheke

Badeurlaub

Farbcode: **Blau:** gehört in jede Reiseapotheke
Grau: bei bestimmten Reisen sinnvoll
Rot: Verschreibungspflichtig; Abstimmung mit dem Arzt

Brauche ich?

Meine Präparate

<input type="checkbox"/>	Verbandmaterial	Wundversorgung	Schere, Pinzette, Lupe, Heftpflaster, Wundschnellverband, sterile Kompressen, elastische Binde 5 und 8cm, Wundverschlußstreifen, Sicherheitsnadel	_____
		Wunddesinfektion	PVP-Jod-Lösung, Lokalantibiotikum (Salbe oder Puder)	_____
<input type="checkbox"/>	Hygiene	Haut- / Flächendesinfektion	Desinfektionsspray oder -tücher	_____
		Insektenschutz	Repellens, Moskitonetz	_____
		Verschiedenes	Binden / Kondome	_____
<input type="checkbox"/>	Sonnenschutz	Sonnenschutzpräparate	Hoher Lichtschutzfaktor UV und IR, möglichst mit Titandioxid, Lipenschutz	_____
		Sonnenbrille, Kopfbedeckung		_____
		Herpesmittel	Aciclovir-Creme	_____
<input type="checkbox"/>	Grippale Infekte	Schnupfen	Abschwellendes Nasenspray	_____
		Husten	Hustenstiller, Schleimlöser	_____
		Fieber	Paracetamol oder Ibuprofen, Fieberthermometer	_____
		Halsschmerzen	Lutschtabletten oder Spray mit Lokalanästhetikum	_____
<input type="checkbox"/>	Allergie/ Sonnenbrand/Insektenstiche	Lokal	Hydrocortisoncreme	_____
		Zum Einnehmen	Antiallergikum Tabletten	_____
<input type="checkbox"/>	Magen-Darmpräparate	Durchfall	Loperamid, Kohletabletten, Elektrolyte, ev. Antibiotikum	_____
		Magenschmerzen	Antacidum, Spasmolytikum	_____
		Verstopfung	Abführmittel	_____
		Übelkeit / Reisekrankheit	Reisetabletten oder -kaugummis	_____
<input type="checkbox"/>	Schmerzen, Entzündungen	Leichte bis mittlere Schmerzen	Ibuprofen	_____
		Prellungen, Zerrungen	Heparin äußerlich 180.000	_____
<input type="checkbox"/>	Schlafstörungen		Kurzwirksames Schlafmittel	_____
<input type="checkbox"/>	Augenprobleme	Reizungen	Naphazolin Tropfen	_____
		Eitrige Entzündungen	Vom Arzt zu verordnendes Präparat	_____
		Allergien	Antiallergische Augentropfen	_____
<input type="checkbox"/>	Infektionen	Antibiotikum, Breitband	Vom Arzt zu verordnen	_____
		Malariaschutz	Prophylaxe laut WHO, Notfallmedikament	_____
<input type="checkbox"/>	Blase / Niere	Entzündung	Antibiotikum (vom Arzt zu verordnen), Solidago-Präparat	_____
<input type="checkbox"/>	Ohren	Ohrenschmerzen	Ohrentropfen, ggf. Reinigungstropfen	_____
<input type="checkbox"/>	Dauermedikamente		Ausreichend	_____

Eine Reiseapotheke ist ein besonderes Gut. Denken Sie bei der Aufbewahrung Ihrer Medikamente daran, dass diese weitgehend vor Hitze, Nässe und mechanischem Stress geschützt sein sollten. Im Fall der Fälle wollen Sie ihre kleinen Helfer schnell erreichen können. Daher gehören bei Flugreisen zumindest Notfallpräparate ins Handgepäck!



Bahnhof-Apotheke

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen