

Checkliste für die Reiseapotheke

1. Persönliche Medikamente: Medikamente für Diabetes, hohe Cholesterinwerte, Empfängnisverhütung (Pille)
2. Durchfall: Loperamid (Imodium®), Enterokokken (Bioflorin®), Kohletabletten
Zum Arzt bei Blut im Stuhl, Fieber oder sehr starkem Flüssigkeitsverlust
3. Schmerzen, Fieber, Erkältung:
Fiebersenkende Medikamente (z. B. Paracetamol, Ibuprofen, NeoCitran...)
Hustenstillende Medikamente (z. B. Bexin, Resyl, GeloDurat, Kaloabo...)
Nasenspray, Ohrentropfen (vor allem bei Tauchferien)
4. Übelkeit und Reisekrankheit: Motilium, Itinerol...
5. Insektenabwehr / Sonnenschutz: DEET (Anti-Brumm®), Hut, Sonnencreme...
6. Insektenstiche: Fenistil, Parapic, Euceta
7. Allergie: Antihistaminikum z. B. Aeries, Cetirizin oder ähnliches, Fenistiltropfen für Kinder, ...
8. Verstopfung: Bisacodyl (Dulcolax®), Glycerin-Zäpfchen (Bulboid®)
9. Schlafstörungen: Diphenhydramin (Benocten®), Baldrian (Tropfen, Baldriparan®, Zeller® Schlafdragées)
10. Desinfektionsmittel: Octenidin (Octenisept®), Merfen...
11. Verbandmaterial: Pflaster, Fixierpflaster, Gazekompressen, Steri-Strips, Elastische Binde, Elastische Gazebinde, Blutstillende Watte, Blasenpflaster, Schere, Pinzette, Verbandsklammern, Dreiecktuch...
12. Fieberthermometer, Gehörschutzpfropfen

Beratung durch Hausarzt bei Reisen wegen: Malaria, Impfungen (Gelbfieber bei Tropenarzt)