

Reiseapotheke: Komplette Persönliche Checkliste

Fieber und Erkältung

- ☐ Medikament gegen Schmerzen und Fieber
- ☐ Fieberthermometer
- ☐ Nasenspray und Schnupfenmittel zum Einnehmen
- ☐ Medikament gegen Ohrenschmerzen
- ☐ Hustenmittel
- ☐ Halswehmittel

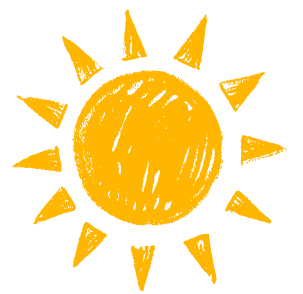


Magen/Darm und Übelkeit

- ☐ Medikament gegen Durchfall
- ☐ Medikament gegen Verstopfung
- ☐ Elektrolytlösung
- ☐ Medikament gegen Übelkeit, Brechreiz und Reisekrankheit
- ☐ Medikament gegen Sodbrennen und Krämpfe
- ☐ Medikament gegen Blähungen und Verdauungsbeschwerden

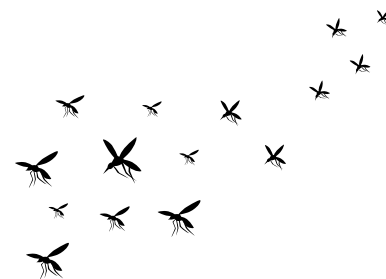
Sonnenschutz

- ☐ Sonnenschutzmittel (auch für die Lippen)
- ☐ Après-Soleil und Feuchtigkeitscreme
- ☐ Kopfbedeckung, Sonnenbrille, UV-dichte Textilien



Insekten- und Zeckenschutzmittel

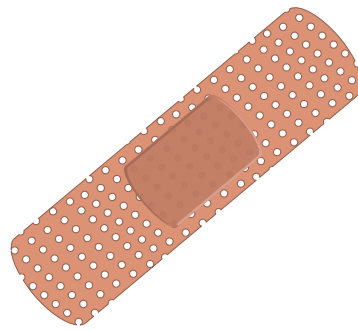
- ☐ Insektenschutzmittel
- ☐ Medikament zur Behandlung von Insektenstichen
- ☐ Medikament gegen allergische Reaktionen



Wunden und Schürfungen

- ☐ Desinfektionsmittel, Wundsalbe
- ☐ Schnellverband
- ☐ Schere und Pinzette
- ☐ Wundauflagen und Heftpflaster
- ☐ Gazebinden

- ☐ Elastische Binden
- ☐ Einweghandschuhe
- ☐ Blasenpflaster
- ☐ Steril-Strips für Schnittwunden
- ☐ Spritzenset



Ergänzende Ausstattung

- ☐ Augentropfen
- ☐ Medikament gegen Schlafstörung
- ☐ Stütz- oder Reisetripf
- ☐ Malariaprophylaxe
- ☐ Antibiotikum
- ☐ Thromboseprophylaxe
- ☐ Ohrstöpsel
- ☐ Schlafbrille für den Flug
- ☐ Reisekissen
- ☐ Brille, Sonnenbrille, Linsen
- ☐ Erfrischungstücher
- ☐ Taschentücher
- ☐ Eigene Medikamente aus einer laufenden Behandlung



Hygiene

- ☐ Wasserentkeimungstabletten
- ☐ Hände- und Flächendesinfektion
- ☐ Verhütung, Präservative

Dokumente

- ☐ Reisepass, Identitätskarte, Fahrausweis
- ☐ Rezeptkopien
- ☐ Allergiepass
- ☐ Impfausweis (bzw. elektronischer Impfausweis)
- ☐ Krankenversicherungskarte
- ☐ Brillenrezept, Ersatzbrille
- ☐ Notfallnummern

