

Checkliste für Ihre persönliche Reiseapotheke

Grundausrüstung:

Fieberthermometer	<input type="checkbox"/>
Kleine Schere, Pinzette	<input type="checkbox"/>
Verbandsmaterial wie Mullbinde, Wundpflaster, steriler Verbandsmull	<input type="checkbox"/>
Elastische Binde	<input type="checkbox"/>
Dreiecktuch	<input type="checkbox"/>
Steri-Strips, ev. Nahtmaterial	<input type="checkbox"/>
Spritzen, Nadeln (ev. ärztliche Bestätigung)	<input type="checkbox"/>
Desinfektionsmittel, antibiotische Salbe	<input type="checkbox"/>
ev. Alu-Rettungsdecke	<input type="checkbox"/>

Allgemeines:

Achten sie darauf, dass sie ihre gewohnten, regelmäßig zu Hause eingenommenen Medikamente in ausreichender Menge (ev. Reserve einplanen) mitführen

Nehmen sie ihre gewohnten Medikamente (und ihr Malariamittel) in ihr Handgepäck!

Liste mit Namen, Dosierung und Substanznamen der Medikamente	<input type="checkbox"/>
Malariamittel	<input type="checkbox"/>
Pille	<input type="checkbox"/>
Kondome	<input type="checkbox"/>
Reservebrille	<input type="checkbox"/>
Allergieausweis	<input type="checkbox"/>
Sonnenschutz	<input type="checkbox"/>
Oropax	<input type="checkbox"/>

Auf Schutz der Medikamente vor Hitze, Licht und Feuchtigkeit achten!

Keine „billigen“ Medikamente im Reiseland kaufen (Fälschungen)!

Medikamente für folgende Verwendung:

Fieber (Hinweis: Medikamente mit Acetylsalicylsäure sind bei bestimmten Viruserkrankungen ungünstig!)	<input type="checkbox"/>
Schmerzen	<input type="checkbox"/>
Insektenschutz	<input type="checkbox"/>
Insektenstiche, Sonnenbrand	<input type="checkbox"/>
Vorbeugung vor Quallen, Anemonen	<input type="checkbox"/>
Allergien	<input type="checkbox"/>
Übelkeit und Erbrechen	<input type="checkbox"/>
Durchfall (beachten sie auch unser Info-Blatt zu diesem Thema!)	<input type="checkbox"/>
Bauchkrämpfe	<input type="checkbox"/>
Verstopfung	<input type="checkbox"/>
Trinkwasseraufbereitung	<input type="checkbox"/>
Reisekrankheit	<input type="checkbox"/>
Augentropfen	<input type="checkbox"/>
Ohrentropfen	<input type="checkbox"/>
abschwellende Nasentropfen	<input type="checkbox"/>
Schlafmittel	<input type="checkbox"/>