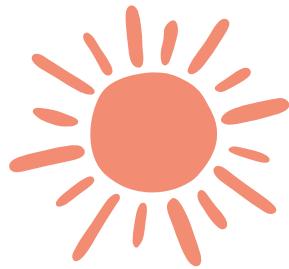


Checkliste Reiseapotheke



Erste Hilfe

Verbandsmaterial

- Sterile Wundauflagen (verschiedene Größen)
- Verbandpäckchen
- Kompressen
- Wundnahtstreifen
- Schnellverband

Deine Notizen:

Desinfektionsmittel

- Wunddesinfektionsmittel (z.B. Jodlösung, alkoholische Desinfektionsmittel)

Pflaster

- Verschiedene Größen von Pflastern
- Blasenpflaster

Scheren und Pinzetten

- Schere (idealerweise mit abgerundeten Spitzen)
- Pinzette

Haut- und Wundpflege

- Sonnenschutzmittel
- Lippenbalsam (ggf. mit UV-Schutz)
- Insektenabwehrmittel (Mückenspray, -creme oder -pflaster)
- Wundsalbe

Atemwegserkrankungen und Allergien

- Ggf. Asthmaspray
- Notfallset für Allergien (wenn verschrieben)

Medikamente

- Schmerzmittel
- Reiseübelkeit: Medikamente gegen Übelkeit
- Durchfallmittel
- Elektrolytpulver: zur Rehydrierung bei Durchfall oder Erbrechen
- Fieberzäpfchen
- Antihistaminika bei Allergien

Sonstiges

- Thermometer
- Handdesinfektionsmittel
- Augentropfen
- Nasenspray
- Reiseapotheke-Notizbuch (Für Notizen zu Medikamenten, Dosierungen und Allergien)



Dokumentation

Impfpass

Aktuelle Impfungen, besonders bei Reisen in bestimmte Länder

Ärztliche Bescheinigungen

Für chronische Erkrankungen oder spezielle Medikamente

Glückskind-Tipp: Bei Flugreisen kannst Du mit einer Bestätigung von Deinem Arzt Deine Medikamente auch im Handgepäck transportieren – auch wenn diese mehr als die "normalen" Flüssigkeitsbeschränkungen enthalten.

Spezielle Bedürfnisse

Medikamente für chronische Erkrankungen

Überprüfung und Vorbereitung

Regelmäßige Kontrolle

Überprüfe die Haltbarkeit der Medikamente und den Inhalt der Reiseapotheke vor der Abreise.



Nicht vergessen:

Auch ganz wichtig:

Wir wünschen Dir alles Gute für Deine anstehende Reise!

Dein glückskind-Team ♥