

Kontrolný zoznam pre vašu cestovnú lekárničku

Základná výbava

Osobné lieky, ktoré sa majú užívať pravidelne	
Opalovací krém s vysokým ochranným faktorom a prípravky po opaľovaní	
Teplomer	
Lieky proti bolesti a lieky na zníženie horúčky	
Lieky proti kašľu a nádche (nosové spreje s dekongestívnym účinkom navyše uľahčujú vyrovnávanie tlaku pri cestovaní lietadlom)	
Lieky proti bolesti a zápalu hrdla	
Lieky proti nevoľnosti a zvracaniu	
Lieky proti kinetóze	
Lieky proti hnačke a elektrolyty	
Lieky proti zápche	
Lieky proti páleniu záhy	
Lieky proti plesni na nohách	
Masť na opary	
Lieky proti alergi	
Očné kvapky na liečbu zápalu spojiviek a suché oči	
Masť na modriny a vyvrtnutia	
Repelent proti hmyzu a kliešťom	
Masť a prípadne lieky na uštipnutie hmyzom	

Cestovanie s deťmi

Lieky proti horúčke, napr. vo forme sirupu	
Elektrolyty vhodné pre deti pri hnačke a zvracaní	
Ušné kvapky proti bolesti	
Opalovací krém pre deti	
Repelent proti hmyzu pre deti	

Ošetrovanie rán

Dezinfekčný prostriedok na pokožku	
Obväzový materiál s náplastami, náplastami na otlaky, obväzmi na rany, fixačnými a elastickými obväzmi	
Liečivá masť na poranenia	
Masť na popáleniny	
Chladivé obklady	
Nožnice, pinzeta a jednorazové rukavice	

Lekárnička na cesty do tropických krajín a na prevenciu prenosných chorôb

Lieky na prevenciu špecifických tropických chorôb, napr. lieky proti malárii	
Antibiotiká	
Cestovná injekčná súprava (v závislosti od destinácie)	

Ďalšie užitočné produkty

Štuple do uší	
Dezinfekčný prostriedok na povrchy a ruky	
Sieťka proti komárom	