



# Bereit für die Ferien?

## Checkliste Reiseapotheke

### Grundausrüstung

- Medikamente gegen Fieber und Schmerzen
- Medikamente bei Verstopfungen
- Medikamente bei Reise-Durchfall
- Medikamente bei Hautirritationen wie Insektenstiche, Sonnenbrand und allergischen Reaktionen
- Mittel bei Halsschmerzen und Mundtrockenheit
- Ein abschwellendes Nasenspray
- Mullbinden, Verbandspäckchen, Pflaster
- Fieberthermometer, Schere und Pinzette
- Dauermedikation (z. B. Blutdrucktabletten, Anti-Baby-Pille)
- Desinfektionsmittel zur Versorgung von offenen Wunden sowie eine Wundheilcreme

### Weitere Ausstattung

- Schmerzpflaster (Prellung, Verstauchung, Zerrung)
- Antihistaminika bei Allergien
- Ein Insektenspray zum Schutz vor Mücken
- Blasenpflaster
- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- Kopfbedeckung / Mütze



Die Reiseapotheke ist individuell und muss jedes Mal entsprechend dem Reiseziel, der Reisedauer, der Reiseart und den individuellen Bedürfnissen zusammengestellt werden. Weitere Informationen bezüglich Ihrer Reiseapotheke erhalten Sie auch in Ihrer Apotheke.