

CHECKLISTE REISEAPOTHEKE

Ganz gleich, wohin die Reise geht: Eine gut ausgestattete Reiseapotheke ist immer mit dabei – besonders wenn Sie mit Kindern verreisen!

Grundausrüstung:

- Schmerz- und Fiebermittel**, auch für Kinder geeignet
- Medikamente gegen **Erkältung, Halsschmerzen, Husten und Schnupfen**, z. B. abschwellendes Nasenspray (erleichtert den Druckausgleich bei Flugreisen)
- Durchfallmittel**
- mildes **Abführmittel**
- Mittel gegen **Sonnenbrand, Insektenstiche, Juckreiz**
- Wunddesinfektionsmittel, Wund- und Heilsalbe**
- Pflaster und Verbandszeug**
- Fieberthermometer**
- Schere, Pinzette, Zeckenzange, Einmalhandschuhe**
- Corona-Infektionsschutz** (FFP2-Masken, Desinfektionsmittel, Schnelltests)

Gesundheits-Dokumente:

- Gesundheitskarte sowie Bescheinigungen zu Versicherungen (Auslands-
krankenversicherung oder Reiseunfallversicherung)
- Impfpass, Allergiker-Ausweis, Diabetiker-Ausweis etc.

Tipps:

- Packen Sie alle Medikamente, die Sie und Ihre Familie regelmäßig einnehmen, sowie **Mittel gegen Reisekrankheit** ins Handgepäck, damit Sie sie unterwegs immer griffbereit haben.
- Wenn Sie Spritzen, Kanülen und Medikamente in größerer Menge mitnehmen müssen (z. B. als Diabetiker), sollten Sie eine Bescheinigung Ihres Arztes dabei haben, um eventuelle Schwierigkeiten mit ausländischen Zollbehörden zu vermeiden.

Schöne Ferien! Kommen Sie gesund zurück!