

## Reiseapotheke

Damit Sie die schönste Zeit des Jahres in vollen Zügen genießen und fit und gesund verbringen können, sollte eine gut sortierte Reiseapotheke in keinem Urlaubsgepäck fehlen. Was und wie viel sie beinhaltet, hängt vom Reiseland und der Reisedauer ab. Hier haben wir eine nützliche Reiseapotheke-Checkliste für Sie zusammengestellt.

### Ihre Reiseapotheke für einen unbeschwerten Urlaub

- Regelmäßig eingenommene Medikamente, wie z.B. Herzmedikamente, Bluthochdruck, Diabetes
- Schmerz- und Fiebermittel, Grippemittel, Übelkeit und Erbrechen, Abführmittel, Vitamintabletten
- Mittel gegen Juckreiz und Insektenstiche, Allergien, Sonnenbrand
- Verbandszeug (Verbandskasten) wie Mullbinden, Wundkompressen, Pflaster je in verschiedenen Größen
- Pinzette, Zeckenzange, Fieberthermometer, evtl. Einmalspritzen- und Kanülen
- Mittel gegen Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen sowie Wundsalbe gegen Verbrennungen
- Desinfektionsmittel
- Ersatzbrille sowie Kontaktlinsen mit entsprechender Reinigungsflüssigkeit und Aufbewahrungsdose
- Augentropfen, Augenspray
- Mittel gegen leichte Erkältungen wie Hustensaft, Nasenspray
- Mittel gegen Fußpilz, Lippenherpes, Harnwegsinfekte
- Tropfen gegen Kreislaufstörungen
- Lärmstopp-Ohrstöpsel
- Tabletten zur Trinkwasserdesinfektion