



Fernreisen

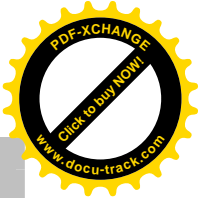
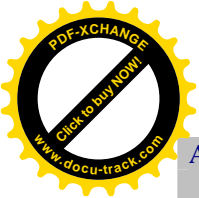


Checkliste für die Reiseapotheke

Sofern Sie Dauermedikamente benötigen, sollten Sie bei größeren Zeitumstellungen Ihren Arzt fragen, wie Sie während dieser Umstellungen Ihr Medikament optimal dosieren. Auch die „Pille“ muß eventuell anders eingenommen werden.

Gerade in den Ländern der sogenannten Dritten Welt ist Arzneimittelfälschung ein großes Problem, an dem etliche Menschen pro Jahr sterben. Bedenken Sie dies beim Packen Ihrer Reiseapotheke!

Verbandmaterialia	Wundversorgung	Schere, Pinzette, Lupe, Heftpflaster, Wundschnellverband, sterile Kompressen, elastische Binden 5cm und 8cm, Wundverschlußstreifen, Sicherheitsnadel
	Spritzenmaterial für Arzt / Schwester Wunddesinfektion	Spritzen 5ml und 10ml, Kanülen gelb 0,9mm und blau 0,6mm PVP-Jod-Lösung, Lokalantibiotikum(Salbe oder Puder)
Hygiene	Wasserdesinfektion Haut / Flächendesinfektion Insektenschutzmittel Verschiedenes	Chemisch und/oder keramisch wirkender Filter Spray oder Tücher Repellens, Moskitonetz, Ungezieferspray Kondome
	Sonnenschutzpräparate	Mit hohem Lichtschutzfaktor UV und IR, möglichst mit Titandioxid, Lipenschutz
Sonnenschutz	Sonnenbrille Herpesbläschen	Aciclovir-Creme
	Grippale Infekte u.ä.	Schnupfen Husten Fieber Halsschmerzen
Allergie / Sonnenbrand / Insektstiche	Lokal	Abschwellende Nasentropfen Hustenstiller, Schleimlöser Paracetamol oder Ibuprofen, Fieberthermometer Lutschtabletten oder Spray mit Lokalanästhetikum
	Zum Einnehmen	Hydrocortisoncreme Antiallergikum 2. Generation, Corticoidtabletten
Magen-Darmpräparate	Durchfall	Loperamidkapseln, Kohletabletten Saccharomyces boulardii-Kapseln, Elektrolytbeutel, ev. Antibiotikum
	Magenschmerzen Verstopfung Übelkeit / Reisekrankheit	Antacidum, Spasmolytikum Abführmittel Metoclopramid, Reisekaugummis, Scopolamidpflaster
Schmerzen, Entzündungen	Leichte bis mittlere Schmerzen	Ibuprofen,
	Starke Schmerzen Prellungen, Zerrungen	zB Tramadol Heparin gel oder Salbe 180.000
Schlafstörungen		Kurzwirksames Schlafmittel



Augenprobleme	Reizungen Eitrige Entzündungen Allergien	Naphazolintropfen, Dexpanthenol Augensalbe Gentamycinsalbe Antiallergische Augentropfen
Infektionen	Antibiotikum, Breitband Malariamittel	Prophylaxe, Notfallmedikament
Dauermedikamente		In ausreichender Menge
Blase / Niere	Entzündung	Antibiotikum
Ohren	Ohrenschmerzen	Ohrentropfen

Eine Reiseapotheke ist ein besonderes Gut. Denken Sie bei der Aufbewahrung Ihrer Medikamente daran, daß diese weitgehend vor Hitze, Nässe und mechanischem Streß geschützt sein sollten. Im Fall der Fälle wollen Sie ihre kleinen Helfer schnell erreichen können. Daher gehören zumindest Notfallpräparate ins Handgepäck!

Farbcode: Blau: gehört in jede Reiseapotheke
 Grau: bei bestimmten Reisen sinnvoll
 Rot: verschreibungspflichtiges Medikament; Abstimmung mit dem Arzt!