



Checkliste für Ihre Reiseapotheke

Was Sie nicht vergessen sollten! Wo immer Sie Ihren Urlaub verbringen – Urwald, Bergtour oder Kurztrip –, auf eine Reiseapotheke dürfen Sie in keinem Fall verzichten. Der Bedarf an Medikamenten hängt von Ihren persönlichen Bedürfnissen, der Art Ihrer Reise und dem Reiseziel ab. Mit Hilfe der Checkliste haben Sie eine gute Übersicht über die für Sie notwendigen Dinge und gegebenenfalls eine hilfreiche Grundlage für die Beratung bei Ihrem Arzt.

Hier eine Checkliste, die Ihnen bei der Zusammenstellung Ihrer Reiseapotheke hilft:

Wundversorgung

- Wundschnellverband, Blasenpflaster
- Elastische Binden, Kompressen
- Heftpflaster
- Wundreinigung, Wunddesinfektionsmittel
- Wundsalbe
- Schere, Pinzette, Zeckenzange
- Gel oder Salbe gegen Blutergüsse
- Schmerzstillendes Gel, Creme
- Präparate gegen Schwellungen und Entzündungen

Schmerzen, Erkältungskrankheiten, Fieber

- Schmerzmittel
- Hustenmittel
- Krampflösendes Mittel
- Halstabletten
- Nasentropfen
- Fieberthermometer

Magen- und Darmbeschwerden

- Mittel gegen Durchfall
- Mittel gegen Sodbrennen und Völlegefühl
- Mittel gegen Blähungen
- Mittel gegen Verstopfung
- Präparat zum Ausgleich von Elektrolytverlusten
- Mittel gegen Übelkeit und Erbrechen



Die Reisespezialisten der Mohren- und Schloss-Apotheke und beraten Sie kompetent und umfassend über die geeignete Impf- und Malariaprophylaxe, abgestimmt auf Ihr Reiseland.

Sonstige Präparate

- Augentropfen
- Mittel gegen Pilzkrankungen
- Mittel zur Behandlung von Kreislaufstörungen
- Mittel gegen Schlafstörungen
- Mittel zur Wasserdesinfektion
- Mittel gegen Reiseübelkeit
- Mittel gegen Harnwegsinfekte
- Mittel gegen Allergien
- Vitamin- und Mineralstoffpräparate

Beim Arztbesuch abklären bzw. verschreiben lassen

- Regelmäßig einzunehmende Medikamente
- Malariaprophylaxe
- Antibiotika
(bei ungenügender medizinischer Versorgung im Reiseland)
- Notwendige Impfungen

Körperpflege, Insektenschutz, Sonnenschutz

- Duschbad
- Haarwaschmittel
- Zahnbürste
- Zahncreme, Mundwasser
- Hautpflegeprodukte
- Deo
- Sonnenschutzmittel
- After Sun Präparate
- Insektenschutzmittel
- Mittel gegen Insektenstiche und Sonnenbrand
- Mittel gegen Sonnenallergie
- Hände- und Flächendesinfektionsmittel
- Nagelschere
- Kamm, Bürste

Was Sie sonst noch beachten sollten:

- Je nach Reiseland sollten Sie sich rechtzeitig vor der Abreise von Ihrem Hausarzt und gegebenenfalls einem Tropenmediziner beraten lassen.
- Beachten Sie die länderspezifischen Hygienemaßnahmen bezüglich Nahrung und Getränke.
- Lassen Sie sich ausreichend Zeit, um sich an das veränderte Klima und die Zeitverschiebung zu gewöhnen.



Mohren-Apotheke

Marktplatz 2 Telefon 06753 1246-0
55590 Meisenheim Fax 06753 1246-22

www.mohren-apotheke-meisenheim.de

Schloss-Apotheke

Veldenzplatz 3 Telefon 06382 99419-0
67742 Lauterecken Fax 06382 99419-22