



Reiseapotheke

Checkliste

Reiseapotheke für Erwachsene

- 1. Schmerzen, Fieber**
 - a. Ibuprofen 400mg
 - b. Paracetamol 50mg
 - c. Fieberthermometer
- 2. Durchfall, Erbrechen**
 - a. Kohletabletten
 - b. Vomex
 - c. Imodium
 - d. Elektrolyte z.B Elektrolyte Plus
- 3. Reisekrankheit**
 - a. Kugummi z.B. Sea gum
- 4. Schnupfen Erkältung**
 - a. Nasenspray Meerwasser, zum befeuchten und
 - b. z.B. Otriven zum abschwellen
- 5. Halsschmerzen**
 - a. Halspastillen z.B. neo- angin
 - b. Salbei Bonbons
- 6. Wundbehandlung**
 - a. Wunddesinfektion z.B. Octenisept
 - b. Pflaster
 - c. Verbandmaterial
 - d. Brand und Wundgel z.B. Medice oder Bepanthen
- 7. Sonnen Mückenschutz**
 - a. Sonnencreme
 - b. Mückenspray
 - c. Fenestil
 - d. Citerizin
- 8. Augenprobleme**
 - a. Augentropfen z.B. Euphrasia oder z.B. Ophtalmin

Reiseapotheke für Kinder

- 1. Schmerzen, Fieber**
 - a. Nurofen Fiebersaft
 - b. Paracetamol Zäpfchen (auf Lagertemperatur achten)
- 2. Durchfall, Erbrechen**
 - a. Perenterol Junior
 - b. Bäuchleinöl
- 3. Schnupfen Erkältung**
 - a. Meersalznasenspray zum Befeuchten
 - b. z.B. Otriven Nasenspray (auf Altersangabe achten) zum abschwellen
- 4. Halsschmerzen**
 - a. Halspastillen z.B: neo angin Kinder
- 5. Wundbehandlung**
 - a. Wunddesinfektion z.B.Octenisept (brennt nicht)
 - b. viele Pflaster unterschiedlicher Größe
 - c. Verbandmaterial
 - d. Brand und Wundgel z.B. Medice oder Bepanthen
- 6. Sonnen Mückenschutz**
 - a. Sonnencreme Lichtschutzfaktor 30 oder 50,
 - b. Mückenspray (Altersangabe beachten)
 - c. Fenestil Gel
 - d. Citerizin Saft
 - e. Pinzette
- 7. Augenprobleme**
 - a. Augentropfen z.B.Euphrasia