

Reiseapotheke – Das sollten Sie einpacken!

Egal, ob Städtetrip, Strandurlaub oder Abenteuerreise – eine gut ausgestattete Reiseapotheke gehört in jedes Gepäck! Sie hilft Ihnen Beschwerden wie Kopfschmerzen, Magen-Darm-Probleme oder Sonnenbrand schnell zu lindern und auf kleine Notfälle vorbereitet zu sein. Auch Insektenschutz und Verbandsmaterial dürfen nicht fehlen, um unterwegs bestens versorgt zu sein.

Mit dieser Checkliste haben Sie alles Wichtige dabei und können Ihre Reise sorgenfrei genießen!

Medikamente

- ☐ vom Arzt verordnet
- ☐ bei Fieber und Schmerzen
- ☐ bei Erkältung, Halsschmerzen, Husten und Schnupfen
- ☐ bei Magen-Darm-Beschwerden
- ☐ bei Reiseübelkeit
- ☐ bei Allergien

Verbandsmaterialien

- ☐ Wundversorgung
- ☐ (wasserfeste) Pflaster in verschiedenen Größen
- ☐ Desinfektionsmittel
- ☐ Verband & Kompressen
- ☐ Einmalhandschuhe

Außerdem im Urlaub hilfreich

- ☐ Sonnenschutzmittel & After-Sun-Lotion
- ☐ Mückenspray & Insektenschutzmittel
- ☐ Juckreizstillende Salben
- ☐ Pinzette/Zeckenzange
- ☐ Fieberthermometer

