



# Schönen Urlaub!

**WIR informiert.** Endlich Ferien! Damit Sie für Ihren Urlaub gut gerüstet sind, haben wir eine Checkliste mit den Produkten zusammengestellt, die in Ihrer Reiseapotheke nicht fehlen sollten.

## Das gehört in die Reiseapotheke

### *Für Magen und Darm:*

- Mittel gegen Reiseübelkeit
- Präparate gegen Durchfall bzw. Verstopfung
- Medikamente gegen Magenverstimmung/Sodbrennen

### *Gegen Erkältung:*

- Halsschmerzmittel
- Mittel gegen Husten bzw. Erkältungsmittel
- Medikament zur akuten Infektabwehr

### *Für den Hautschutz:*

- Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor
- Lippenchutz
- Mittel gegen Sonnenbrand
- Mittel zur Insektenabwehr und gegen Insektenstiche

### *Für Augen und Nase:*

- Tropfen gegen trockene Augen
- Mittel zur Nasenbefeuchtung

### *Gegen Schmerzen und Fieber:*

- Schmerztabletten/Fiebersenker
- elektronisches Fieberthermometer

### *Zur Wundversorgung:*

- Präparat zur Wunddesinfektion
- Verbandmaterial: Pflaster, Mullbinden, Kompressen
- Schere/Pinzette/Zeckenzange (-karte)
- Einmalhandschuhe
- Wund-/Heilsalbe
- Sportsalbe (bei Verstauchungen, Prellungen)

### *Außerdem (abhängig von Reiseart/Reiseziel):*

- sterile Einmalspritzen und Kanülen
- Lärmschutz
- Wasserfilter
- Mineralsalze und Vitamine
- Elektrolytpräparate
- Moskitonetz
- Desinfektionsmittel/-tücher
- Kniebandage

**...und nicht vergessen: Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen müssen – in ausreichender Menge.**