Checkliste: Die Familien-Reiseapotheke

Medikamente / Innere Anwendung

- ▢ Persönliche Medikamente (Antihistaminika, Blutdrucksenker, etc.)
- ▢ Medikamente gg. Reiseübelkeit, z.B. Vomex
- ▢ Evtl. Mittel gegen Durchfall, z.B. Iberogast
- ▢ Schmerzmittel, am besten mehrere (verschiedene Wirkstoffe, verschreibungspflichtig)
- ▢ Salzwasser-Nasenspray (ins Handgepäck)
- ▢ Hustensaft oder Gel
- ▢ Lutschtabletten gegen Halsschmerzen
- ▢ Ohrentropfen
- ▢ Augentropfen gegen Reizungen und Entzündungen
- ▢ Fiebersaft für Kinder, Zäpfchen für Kleinkinder
- ▢ Ansprechende Placebos

Wundversorgung

- ▢ Wunddesinfektion (z.B. Octenisept)
- ▢ Salben (Wund- und Heilsalbe) für Kinder
- ▢ Verbandschere oder Nagelschere, Pinzette
- ▢ Mullbinden, Kompressen, Rollenpflaster
- ▢ Steriles Verbandszeug
- ▢ Steri-Stripes
- ▢ Pflaster in verschiedenen Größen (und mit niedlichen Motiven)
- ▢ Klebeband und Klammern zum Fixieren

Sonstiges

- ▢ Alle Impfpässe
- ▢ Alltagsmasken mit Ersatz
- ▢ Chirurgische Masken – zum Fliegen oft verlangt
- ▢ Handdesinfektionsmittel
- ▢ Sonnencreme für Kinder (hoher UV-Schutz)
- ▢ Digitales Fieberthermometer

→ Diese Checkliste hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit aller Angaben. Bitte ergänze deine Reiseapotheke nach deinen individuellen Bedürfnissen und sprich bei Unsicherheiten mit deiner Ärztin oder deinem Arzt.