



Was gehört in Ihre Reiseapotheke? Mit unserer Checkliste kann im Urlaub gesundheitlich kaum noch etwas schiefgehen.

UNSERE CHECKLISTE FÜR IHRE REISEAPOTHEKE:



ERKÄLTUNGSBESCHWERDEN:

- Abschwellendes Nasenspray
- Schleimlöser
- Hustenblocker gegen Reizhusten
- Mittel gegen Fieber und Kopfschmerzen



MAGEN / DARM:

- Mittel gegen Durchfall
- Mittel gegen Verstopfung
- Elektrolytmischung
- Mittel gegen Übelkeit



SONNENEINSTRALUNG /-BRAND:

- Sonnencreme mit ausreichendem Lichtschutzfaktor abhängig vom Reiseziel und Hauttyp
- After-Sun-Pflegeprodukt
- Sonnenschutz für die Lippen



INSEKTENSCHUTZ / -STICHE:

- Repellentien
- Mittel gegen Juckreiz
- Entzündungshemmendes Mittel



PRELLUNGEN UND VERSTAUCHUNGEN:

- Kühlendes abschwellendes Gel
- Kühlkompresen
- Bandagen



VERLETZUNGEN:

- Desinfektion zum Sprühen oder als Salbe
- Pflaster
- Erste-Hilfe-Set



ALLGEMEINE SCHMERZEN:

- Ibuprofen
- Paracetamol



SONSTIGES:

- Fieberthermometer
- Herpessalbe
- Mittel gegen Allergien
- Zeckenkarte / -zange
- Dauermedikation

Bitte beachten Sie, dass es sich hier um eine Empfehlung handelt. Die genaue Zusammensetzung der Reiseapotheke sollte auf das Reiseziel und auf die Art der Reise abgestimmt werden.

Gerne beraten wir Sie bei der Zusammenstellung Ihrer individuellen Reiseapotheke.

