



Was in die Reiseapotheke gehört

Reisen ist etwas Herrliches. Besonders, wenn man sich im Hinblick auf die eigene Gesundheit rundum sicher fühlen kann, weil alle notwendigen Impfungen vorgenommen wurden und die Reiseapotheke perfekt auf das Zielgebiet abgestimmt ist. Wenn Sie eine Fernreise planen oder ein medizinisch unterentwickeltes Land besuchen, sollten Sie dem Thema Reiseapotheke ein besonderes Augenmerk widmen. Was nach der Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO) unbedingt in eine Reiseapotheke gehört, finden Sie auf folgender Übersicht:

Mittel gegen Schmerzen, Entzündung und Fieber

- Acetylsalicylsäure
- Paracetamol (vor allem, wenn Kinder mitreisen)

Antibiotika

- gegen bakteriell verursachte Erkrankungen der Atemwege, der Harnwege, des Magen-Darm-Trakts.

Rehydrierungssalz

- zum Gebrauch nach Flüssigkeitsverlust durch Erbrechen und Durchfälle.

Hautsalbe

- gegen Bakterien und Pilze.

Mittel gegen Verbrennungen und kleinere Wunden

- Salbe oder Gel zur Behandlung von Oberflächenwunden, gegen Verbrennungen, Furunkel.

Lichtschutzcremes

- mit hohem Sonnenschutzfaktor
- außerdem: Mittel gegen Sonnenallergie und Sonnenbrand

Desinfektionsmittel

- zur Behandlung von oberflächlichen Hautverletzungen.

Hilfsmittel und Verbandmaterial

- Pflaster,
- sterile Kompressen,
- elastische Binden,
- Latexhandschuhe,
- Splitterpinzette,
- Verbandsschere,
- steril verpackte Alkoholtupfer,
- Sicherheitsnadeln,
- Fieberthermometer.

Falls die Temperatur steigt

- sterile Einmalspritzen und Einmalkanülen.

Lassen Sie vom Arzt bescheinigen, dass die Spritzen der Vorsorge für den Notfall dienen und keine Drogenabhängigkeit vorliegt, um Missverständnisse bei der Einreise zu vermeiden.

Anti-Mücken-Mittel

- Mittel zur Abschreckung von Mücken und anderen Insekten.

Je nach Reiseland

- sollten Sie zur Vorbeugung und Behandlung der Malaria und anderer Krankheiten geeignete Medikamente mitnehmen. Lassen Sie sich darum rechtzeitig vor der Abreise von Ihrem Hausarzt und gegebenenfalls einem Tropenmediziner beraten.