

REISEAPOTHEKE

Grundausrüstung:

- Fieberthermometer
- Verbandsschere, Pinzette, Desinfektionsmittel,
- Mullbinde, elastische Binden,
- sterile Kompressen
- Pflaster, Klammerpflaster (Steristrips), Blasenpflaster, Zeckenzange

Insektenstiche, Sonnenbrand, Allergie

- Antihistamin-Salbe: z.B. FeniHydroCort
- Sonnenschutzcreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- Tabletten bei Allergie: z.B. Cetirizin, Loratadin

Thromboseprophylaxe,

- Kompressionstrümpfe bei langen Flugreisen, Bus,-und Autoreisen tragen. Des Weiteren sollten Sie in dieser Zeit viel trinken.

Insektenabwehrmittel (Repellentien)

- DEET haltig z.B. NoBITE', Anti-Brumm forte, Care Plus
- Kinder > 3 Jahre und Schwangere können Mittel mit dem Wirkstoff Icaridin verwenden

Kopf- / Zahn- / Gliederschmerzen / Fieber / Erkältung

- Paracetamol 500 mg und Ibuprofen 400 mg

Reiseübelkeit

- Antivertiginosa als Tabletten oder Kaugummi
z.B. Superpep oder Vomex

Bauchkrämpfe

- z.B. Buscopan plus

Durchfall:

- Loperamid (blockiert die Darmmotorik)
- Elektrolyt-Pulver

Übelkeit:

- z.B. Vomex

ggf. Antibiotikum