

### 1. WUNDVERSORGUNG

- Desinfektionsmittel
- Wund-/Brandsalbe
- Verband, Pflaster, Schere, Pinzette

### 2. VERDAUUNGSPROBLEME

- Arzneimittel bei Übelkeit
- Arzneimittel bei Durchfall
- Arzneimittel bei Verstopfung
- Arzneimittel bei Sodbrennen

### 3. SCHMERZEN & INFEKTE

- Arzneimittel bei Kopf-/Gliederschmerzen
- Arzneimittel bei Fieber
- Arzneimittel bei Erkältung

### 4. PERSÖNLICHER BEDARF

- Fieberthermometer
- Insektenschutzmittel
- Sonnencreme/After Sun
- Augen- und Ohrentropfen
- Antiallergika
- Kindgerechte Arzneimittel
- Blutdruckmedikamente
- Diabeteszubehör, Insulin
- Malaria-tabletten

#### Tipps zu Ihrer Reiseapotheke

Ihre Reiseunterlagen und Ihre Reiseapotheke sind sicher verpackt – jetzt sind Sie schon fast perfekt vorbereitet. Damit Sie und Ihre Familie während der Reise gesund bleiben, beachten Sie folgende Tipps:

- Nehmen Sie auch die Beipackzettel Ihrer Medikamente mit. Dann können Sie im Zweifelsfall die richtige Anwendung nachlesen.
- Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen müssen, gehören in Ihr Handgepäck. Beachten Sie aber die Sicherheitsbestimmungen in Flugzeugen: Verpacken Sie Flüssigkeiten in den vorgeschriebenen Beuteln.
- Bei Reisen in warme Länder sollten Sie darauf achten, dass Sie Ihre Medikamente stets unter 25°C lagern.
- Beachten Sie bei regelmäßig einzunehmenden Medikamenten die Zeitverschiebung. Denn diese kann Einfluss auf die Wirkung der Medikamente haben (zum Beispiel bei der Verhütungspille).
- Denken Sie bei Reisen mit Kindern daran, kindgerechte Arzneimittel mitzunehmen.
- Achten Sie darauf, dass Sie Ihre Reiseapotheke für Kinder unzugänglich aufbewahren.
- Als insulinpflichtiger Diabetiker sollten Sie bei längeren Aufenthalten an die Kühlung des Insulins denken.

Prüfen Sie bei Medikamenten aus Ihrer Hausapotheke das Mindesthaltbarkeitsdatum. Dann können Sie sicher sein, dass die Medikamente noch wirksam sind.