

Checkliste Reiseapotheke

Persönliches

- Impfpass
- Europäische Krankenversicherungskarte
- Notfallnummern der (Auslands-)Krankenversicherung
- Alle Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen
- Persönliche Notfallmedikamente

Erste-Hilfe-Set

- Fieberthermometer
- Sonnencreme
- Pinzette
- Zeckenzange
- Schere
- Verbandsmaterial (Pflaster, Mullbinden, Wundschnellverband)

Medikamente

- Wunddesinfektion
- Wund- und Heilsalbe
- Schmerzmittel
- Medikamente gegen Übelkeit
- Medikamente gegen Durchfall und Verdauungsbeschwerden
- Medikamente gegen Erkältungssymptome (Halsschmerzen, Fieber, Schnupfen)

Je nach Reiseziel zusätzlich

- Insektenschutz und Moskitonetz
- After Sun Lotion
- Blasenpflaster
- Ohrstöpsel
- Kondome
- Allergietabletten
- Ohrentropfen (für Taucher)
- Augentropfen
- Salbe für Zerrungen und Verstauchungen
- Wasserentkeimungstabletten
- Tabletten gegen Reiseübelkeit
- Salbe gegen Lippenherpes
- Zäpfchen und Gel gegen Scheidenpilz
- Malariamittel