

Tipps des CRM Centrum für Reisemedizin

Checkliste Reiseapotheke

Das CRM Centrum für Reisemedizin listet auf, was in der Reiseapotheke nicht fehlen sollte:



Mittel zur Behandlung von:

- Durchfall
- Fieber/Schmerzen
- Übelkeit/Erbrechen (Reisekrankheit)
- Magenbeschwerden
- Verstopfung
- Erkältung (Husten, Schnupfen, Halsschmerzen)
- Allergische Hautreaktionen
- Wunden (Desinfektionsmittel, Verbandsmaterial)
- Verstauchungen und Verletzungen

Außerdem:

- Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen
- Sonnenschutz
- Insektenschutz
- Augen- und Ohrentropfen
- Fieberthermometer
- Kleine Schere
- Pinzette (Splitter + Zecken)
- Einmalhandschuhe
- ggf. Kondome

Die Erweiterung der Reiseapotheke ist erforderlich vor allem bei:

- Tauchurlauben
- Unfallträchtigen Vorhaben

Wichtig zu wissen:

Für chronisch Kranke, Eltern mit kleinen Kindern und ältere Menschen empfiehlt es sich, die Reiseapotheke mit einem reisemedizinisch geschulten Apotheker oder Arzt zu besprechen, um individuelle Notwendigkeiten abzuklären. Eine Liste solcher Apotheker und Ärzte finden Sie im Internet unter www.crm.de/beratungsstellen

Für einige Medikamente, etwa für Betäubungsmittel, gibt es in manchen Ländern, insbesondere in Afrika und Asien, Einfuhrverbote. Bitten Sie Ihren Arzt, Ihnen gegebenenfalls ein Attest für den persönlichen Bedarf der Medikamente auszustellen.