

## Reiseapotheke Checkliste

			
<input type="checkbox"/>	<b>Erste Hilfe Set</b>	Zum Beispiel: DocCheck Erste-Hilfe-Set	Ist dein Erste-Hilfe-Set noch vollständig?
<input type="checkbox"/>	<b>Deine Dauermedikamente</b>		
<input type="checkbox"/>	<b>Schmerzen /Fieber</b>	<u>Wirkstoff:</u> Ibuprofen oder Paracetamol, z.B. Dolormin Extra	
<input type="checkbox"/>	<b>Durchfall/ Magenbeschwerden</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>Wirkstoff Loperamid</u> bei akutem Durchfall, z.B. Imodium akut</li> <li>- <u>Ein Probiotika</u> zur Prophylaxe oder bei leichte Beschwerden, z.B. Perenterol forte</li> </ul>	
<input type="checkbox"/>	<b>Husten/Erkältung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ein Nasenspray zum Abschwellen der Schleimhäute</li> <li>- Lutschtabletten für Halskratzen, z.B. Dobendan</li> <li>- Etwas zum Schleimlösen, z.B. GeloMyrtol forte Kapseln</li> </ul>	
<input type="checkbox"/>	<b>Verletzungen / trockene Haut</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Salbe für Schürfwunden und trocken oder rissige Haut: z.B. Bepanthen</li> <li>- Für Verletzungen eine Jod-Salbe, z.B. Betaisodona Salbe</li> </ul>	
<input type="checkbox"/>	<b>Sonnenbrand</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sonnencreme einpacken (SF 25)</li> </ul>	Hohen LSF wählen!
<input type="checkbox"/>	<b>Insektenschutz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nobite</li> <li>- Nobite evtl. auch zum Imprägnieren der Kleidung</li> <li>- Lange, helle Kleidung in der Dämmerung und in der Nacht sind ebenfalls ein wirksamer Insektenschutz</li> </ul>	<p>Reist du in tropische Gebiete?      Reist du in Gebiete mit einem hohen Malaria-Risiko?  <u>Dann lass dich vorher von einem Tropenmediziner beraten!</u></p>

<input type="checkbox"/>	<b>Insektenstiche</b>	Etwas gegen den Juckreiz, z.B. Azaron Stift	
<input type="checkbox"/>	<b>Schmerzgel</b>	Gel zur äußerlichen Behandlung von Schmerzen, Entzündungen und Schwellungen, z.B. Voltaren	
<input type="checkbox"/>	<b>Blasenpflaster</b>	Für lange Wanderungen oder bei neuen Schuhen	
<input type="checkbox"/>	<b>Antiallergikum</b>	Für eine allergische Reaktion z.B. auf Stiche, z.B. Lorano akut	
<input type="checkbox"/>	<b>Elektrolyt-Pulver</b>	Bei hohem Flüssigkeitsverlust wie Durchfall oder Erbrechen sinnvoll	
<input type="checkbox"/>	<b>Übelkeit &amp; Erbrechen</b>	z.B. Vomex	
<input type="checkbox"/>	<b>Pilzerkrankungen</b>	Creme zur Behandlung von Pilzerkrankungen, z.B. Antifungol, für lange Reisen in sehr warme Gebiete	
<input type="checkbox"/>	<b>Verhütungsmittel</b>		

**Wichtig: Prüfe, ob all deine Medikamente noch haltbar sind!**

