

Stellen Sie Ihre Reiseapotheke nach Rücksprache mit dem Arzt individuell zusammen. Sinnvoll sind zum Beispiel:

- Wunddesinfektionsmittel, Pflaster, Verbandsmaterial, Alkoholtücher
- Fieberthermometer und Pinzette
- Schmerzmittel
- Mittel gegen Durchfall (eventuell zusätzlich ein Antibiotikum und ein Elektrolytpulver gegen Salzverlust)
- Tabletten gegen Allergien
- Persönliche Medikamente
- Tropfen gegen Bindehautentzündung
- Malariamittel
- Sonnenschutz (mind. Schutzfaktor 20)
- Mückenschutzlotion
- Gel gegen Sonnenbrand und Insektenstiche
- In Ländern mit schlechten hygienischen Bedingungen eventuell sterile Spritzen und Kanülen sowie steriles Nahtmaterial für Wunden

Vorsicht!

Wenn Sie starke Schmerzmittel oder Medikamente zum Spritzen mitnehmen müssen, könnten Sie in einigen Ländern (vor allem in Asien) an der Grenze des Drogenschmuggels verdächtigt werden. Unbedingt eine abgestempelte Bestätigung des Arztes mitnehmen, dass es sich um Medikamente für den Eigenbedarf handelt! Und: Alle Medikamente in der Originalverpackung mit Beipackzettel lassen.

Denken Sie an eine Auslandsreisekrankenversicherung

Sie gehört in jedes Reisegepäck: Die Auslandsreisekrankenversicherung. Ohne den günstigen Zusatzschutz kann der Urlaubstrip schnell zum finanziellen Fiasko werden. Zum Beispiel ein Krankenrücktransport in die Heimat kann mehrere tausend Euro kosten.