



Ihre Reise-Apotheke: ✓

- Sonnenschutz: Daylong, Widmer, La Roche
- Persönliche Medikamente
- Lippenpflege- & schutz: Vichy, La Roche
- Fieberthermometer, Blutdruckmesser
- Augentropfen: Visadron
- Hautdesinfektion: Octenisept Spray
- Insektenschutz: Flystop (Kinder ab 1 Jahr)
- Vitamin- & Nahrungsergänzungsmittel
- Kondome oder Anti-Baby-Pille
- Verbandstoffe & Pflaster
- Wundsalbe: Vitawund Salbe 20g
- Antiallergika
- Jetlag oder Schlafen: Hova, Baldrian Nachtruhe Drg.
- Ohrentropfen
- Ohrenschutz Schlafen/Schwimmen
- Reise-Stützstrümpfe
- Vorbeug. Gegen Thrombose
- Kühlkompressen
- Reservebrille

Meine Notizen:

Vor der Abreise: Ausweis/Reisepass, Visum, nötige Schutzimpfungen, E-Card/Reiseversicherung, Arztbesuche, wichtige Adressen/Telefonnummern notieren, Fremdwährung, Stromadapter fürs Ausland, Kontaktdaten an Familie/Bekannte hinterlassen, etc.

Mittel gegen: ✓

- Schmerzen: Mexalen, Ibumetin, Thomapyrin
- Erkältung: Aspirin Complex, Grippostad, Ambroxol
- Fieberblasen: Fenivir, Erazaban, Lomaherpan
- Vorbeugung Durchfall: Omni-Biotic Reise
- Durchfall: Imodium, Tasectan, Similisan Magen-Darm-Tbl.
- Erbrechen, Übelkeit: Nausyn Tbl, Nux vomica, Iberogast Tropfen
- Fieber-/Schmerzzustände, Grippe: Mexalen, Grippostad C, Parkemed
- Sodbrennen: Gaviscon, Rennie
- Blähungen: Antiflat, Lefax
- Hustenreiz: Bronchostop Tropfen
- Insektenstiche: Fenistil Gel, Bite away, Insecticum
- Insektenschutz: Antibrumm, Culex Tropic, ätherische Öle
- Sonnenbrand: Bepanthen Spr., Arnice Creme
- kolikartige Schmerzen: Buscopan
- Mund- und Rachenentzündung: Tantum Verde, Neo-Angin, Lemocin
- niedriger Blutdruck: Doskar Tr.16
- Reisekrankheit: Travel Gum Kaudragees
- Schnupfen: Nasivin Spr., Otrivin Spr.
- Schwellungen, Schmerz, Verstauchungen: Ibumetin forte, Mobilat Gel
- Verstopfung: Dulcolax, Guttalax
- Blasen: Compeed
- Pilzerkrankungen: Canesten
- Sportverletzungen: Voltadol, Traumeel
- Raucherentwöhnung: Nicorette

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Urlaub!