

Krank im Urlaub, das wünscht sich keiner. Damit Sie aber nicht unvorbereitet in den Urlaub fahren, haben wir Ihnen ein paar Tipps für Ihre Reiseapotheke zusammengestellt:

- Besteht bei Ihnen eine chronische Erkrankung oder müssen Sie regelmäßig Medikamente einnehmen? Packen Sie eine ausreichende Zahl ihrer Medikation ein. Bei Flugreisen empfiehlt sich, die Medikamente im Handgepäck mitzunehmen und sich einen Timer für die Einnahme im Handy einzurichten.

Außerdem sollte Ihre Reiseapotheke von ihrem Hausarzt oder Apotheker abgestimmt sein, um eventuelle Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten auszuschließen.

- Haben Sie einen Gelenkersatz erhalten, ist es sinnvoll, den Implantate-Ausweis bei Flugreisen mitzunehmen.
- Diabetiker und alle, die ein flüssiges Medikament mit ins Flugzeug nehmen müssen, sollten sich ein ärztliches Attest ausstellen lassen, das sie bei den Kontrollen am Flughafen vorzeigen können. Dann können sie das Insulin oder andere Medikamente im Handgepäck mit an Bord nehmen. Empfehlenswert ist eine spezielle Tasche mit Kühlelementen für den Transport.

Unsere Reiseapotheke:

- Pflaster (Blasenpflaster und wasserfestes Pflaster), Verbandsmaterial, Klebeband, Wund-Desinfektionsspray, Pinzette und Schere, Handdesinfektionsmittel
- Schmerzmittel (beispielsweise mit den Wirkstoffen Ibuprofen, ASS oder Paracetamol)
- Fieberthermometer
- Brand- sowie Wundheilsalbe, ein juckreizstillendes Gel gegen den Juckreiz nach Insektenstichen
- Medikamente gegen Erbrechen, Durchfall und Reiseübelkeit
- Präparate gegen Husten und Schnupfen (Nasenspray)
- Augentropfen (gegen schmerzende Augen durch Zugluft, Licht oder Staub), zusätzlich an eine Sonnenbrille denken
- Medikamente gegen Allergien (Antihistaminika)

Wir wünschen Ihnen eine entspannte und erholsame Urlaubszeit.