

Checkliste

Reiseapotheke Checkliste

die wichtigsten Gadgets

Grundausrüstung

- persönliche Medikamente
- Schmerzmittel (z. B. Ibuprofen)
- Fiebermittel
- Fieberthermometer
- Nasenspray
- Halsschmerztabletten

Magen & Darm

- Mittel gegen Durchfall*
- Elektrolyte*
- Mittel gegen Übelkeit*
- Mittel gegen Sodbrennen*
- ggf. Mittel gegen Verstopfung

Wundversorgung

- Pflaster (verschiedene Größen)
- Blasenpflaster
- Desinfektionsspray
- Mullbinden / Kompressen
- Pinzette
- kleine Schere

Haut & Schutz

- Sonnencreme
- After-Sun
- Insektenschutz*
- Gel gegen Stiche*
- Heat it - Insektenstichheiler*

Wir nutzen ein Mini Erste Hilfe Set

Mehr Reisetipps auf

www.Trueepassion-travel.de

Checkliste

Reiseapotheke Checkliste

die wichtigsten Gadgets

Wichtige Tipps

- Medikamente in Originalverpackung lassen
- Verfallsdatum vor der Reise prüfen
- Flüssigkeiten im Handgepäck beachten (100 ml Regel)
- empfindliche Medikamente vor Hitze schützen
- wichtige Medikamente ggf. mit Attest mitnehmen

Extra Sicherheit

Eine Reiseversicherung ergänzt deine Reiseapotheke perfekt,
falls doch mehr passiert als kleine Beschwerden

Mehr Reisetipps auf

www.Trueepassion-travel.de