



iM puls

# Checkliste Reiseapotheke

# Checkliste Reiseapotheke

impuls

## Erste Hilfe und Wundversorgung:

- ☐ Desinfektionsmittel für Hände und Gegenstände
- ☐ Wunddesinfektionsmittel, Wundsalbe
- ☐ Heftpflaster in diversen Grössen
- ☐ Blasenpflaster
- ☐ Elastische Binde
- ☐ Pinzette
- ☐ Kleine Schere (maximal 6 cm lange Schneiden, sonst nicht handgepäcktauglich)
- ☐ Sicherheitsnadeln
- ☐ Einweghandschuhe

## Schmerz- und Fieberbehandlung:

- ☐ Schmerzmittel (entzündungshemmend und fiebersenkend)
- ☐ Fieberthermometer

## Haut- und Sonnenschutz:

- ☐ Sonnenschutzmittel – mindestens Faktor 50
- ☐ After Sun
- ☐ Insektenschutzmittel
- ☐ Antiallergische, entzündungshemmende Creme gegen Mückenstiche

## Erkältung, Atemwege und weitere Infektionen:

- ☐ Mittel gegen Erkältungen
- ☐ Abschwellendes Nasenspray, erleichtert Druckausgleich beim Fliegen
- ☐ Mittel gegen Augenentzündungen
- ☐ Mittel gegen Ohrenentzündungen

## Magen-Darm-Gesundheit:

- ☐ Mittel gegen Durchfall und Elektrolytpräparat
- ☐ Mittel gegen Magen-Darm-Beschwerden
- ☐ Mittel gegen Reiseübelkeit

## Notfallausrüstung bei Wanderungen:

- ☐ Rettungsdecke
- ☐ Trillerpfeife

## Dokumente und Unterlagen:

- ☐ Impfausweis
- ☐ Blutgruppenausweis
- ☐ Allergie- und Medikamentenpass
- ☐ Bestätigung der Reiseversicherung

## Reiseberatung in der Medbase Apotheke

medbase<sup>+</sup>  
APOTHEKE

Damit du deine Ferien unbeschwert geniessen kannst und gesund bleibst, lohnt sich eine Reiseberatung. Wir prüfen, welche medizinischen Empfehlungen für dein Reiseziel gelten. Ausserdem unterstützen wir dich bei der Ausstattung deiner individuellen Reiseapotheke.