

Standard- reiseapotheke



Diese Dinge sollten Sie im Urlaub auf jeden Fall dabei haben:

- Pflaster (vor allem Blasenpflaster wirken Wunder nach einer langen Wanderung)
- Verschriebene Medikamente
- Schmerztabletten wie Paracetamol oder Ibuprofen
- Sonnencreme
- Insektenschutzmittel
- Wundcreme
- Pinzette (nicht nur zum Augenbrauen-Zupfen sondern auch für Splitter)
- Mullbinden oder Kompressen (es schadet nicht, für eine Wunde das eine oder andere dabei zu haben)
- Alkoholtupfer als Allgemeinmittel für die Säuberung von Wunden oder Desinfektionsspray
- Schere

Sonderfälle/ Eventuell mitnehmen, je nach Bedürfnissen:

- Tabletten gegen Reisekrankheit oder Kaugummis sowie Ohrenschmerzen
- Mittel gegen Magenbeschwerden/ Bauchkrämpfe/Durchfall/Verstopfung
- Augentropfen, vor allem für Allergiker
- Husten- und Schnupfenmittel im Winter
- Ersatzbrille oder -linsen für Brillenträger
- Antiallergika bei bekannten Allergien

Nur in manchen Gegenden notwendig:

- Wasserfiltertabletten, wenn man viel Wandern gehen möchte und auch Mehrtagestouren gehen will oder man sich bezüglich der Wasserqualität in manchen Orten nicht sicher ist
- Durchfallmittel für Länder mit fragwürdigen Hygienestandards und Kohletabletten
- Malariamittel, z.B. für manche Länder Afrikas