



## 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, Ibumentin, 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, Lefaxin
- 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, Neoangin, 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!