



**Wir wünschen Ihnen einen erholsamen Urlaub.**

Dr. med. D.-R. Boettcher / Dr. med. H. Haase

# ■ Checkliste für Ihre Reiseapotheke

...für einen unbeschwerten Urlaub

## Erste Hilfe:

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Pflaster         | <input type="checkbox"/> Verbandsstoffe   |
| <input type="checkbox"/> Wunddesinfektion | <input type="checkbox"/> Einmalhandschuhe |
| <input type="checkbox"/> Pinzette         | <input type="checkbox"/> Kleine Schere    |

## Mittel gegen:

- Schmerzen und Fieber
- Husten und Schnupfen, Halsschmerzen
- Durchfall
- Verstopfung
- Magenbeschwerden/Blähungen
- Reiseübelkeit/Erbrechen
- Augenentzündungen/-reizung
- Ohrenschmerzen
- Juckreiz, Insektenstiche, Allergien, Sonnenbrand
- Verbrennungen (Wundsalbe)
- Sportverletzungen (z.B. Kühlalbe)

## Was Sie sonst noch brauchen:

- Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen (z.B. Anti-Baby-Pille)
- Sonnenschutz
- Lippenchutz
- Insektenschutz
- Vitamin- und Mineralstoffpräparate
- Desinfektionsmittel
- Fieberthermometer
- Zeckenzange
- Taschtücher
- Sonstiges