



Reiseapotheke

Wenn Sie eine Reise planen, vereinbaren Sie unbedingt **rechtzeitig** einen Termin zur Reiseberatung, dass ich zusammen mit Ihnen Ihre **individuelle Reiseapotheke** zusammenstellen kann und Sie über eventuell erforderliche oder empfehlenswerte **Impfungen** beraten zu können. Die folgende Liste kann nur ein Vorschlag sein, gilt nur für Erwachsene und erhebt keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit. Einige der genannten Medikamente (insbesondere Antibiotika, Kortison) erfordern erheblich weiterführende Informationen, die in der Regel nur im Rahmen einer ausführlichen ärztlichen Beratung zu vermitteln sind!

Hier einige Vorschläge für Ihre Reiseapotheke:

- regulär einzunehmende Medikamente in ausreichender Menge (z.B. Blutdrucktabletten)
- Erkältung/Schmerzen/Entzündung/Fieber: Paracetamol, Ibuprofen, ASS (z.B. Aspirin®)
- Durchfall: Loperamid, Tiorfan®, Elektrolyt-Glukose-Mischung, (ev. Antibiotikum)
- Übelkeit/Erbrechen: Metoclopramid (z.B. Paspertin®), Domperidon, Dimenhydrinat
- Magen-Darm-Krämpfe: N-Butylscopolamin (z.B. Buscopan®)
- Hautverletzungen: Desinfektionsmittel, Verbandszeug, Einmalhandschuhe, Polividon-Jodsalbe (z.B. Betaisadonna®), Splitterpinzette, Zeckenzange
- Insektenabwehr: geeignete dichte helle (imprägnierte?) Kleidung, Moskitonetze, DEET (z.B. Nobite®), Icaridin (z.B. Autan®), Malaria-Prophylaxe?
- Insektenstiche: Antihistaminika-Salbe (z.B. Fenistil®, Soventol®), Kortisonsalbe
- Augentropfen, abschwellendes Nasenspray
- für Frauen: Salbe gegen vaginale Pilzinfektion (z.B. Canesten®)
- Sonnenmilch (min. Faktor 20), Sonnenhut, Sonnenbrille; Kondome?

Bei (Trekking-) Reisen unter einfachen Bedingungen zusätzlich:

- Mittel zur Trinkwasserdesinfektion
- eventuell Antibiotika (z.B. Ciprofloxacin oder Azithromycin)

Einige Krankenkassen erstatten bereits die Kosten für Reisemedizinische Beratungen sowie Reiseimpfungen. Sprechen Sie mich an oder informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse!

Eine gute Reise wünscht Ihnen

Dr. Thomas Günther