

- Bitte denken Sie daran, Ihre Dauermedikation in ausreichender Menge (1/3 mehr als für den geplanten Zeitraum) mitzunehmen.
- Achten Sie darauf, dass Medikamente nicht extremer Hitze ausgesetzt werden.
- Sorgen Sie bei kühlpflichtigen Arzneimitteln (z.B. Insulin) immer für ausreichende Kühlung.
- Transportieren sie Notfall- u. Dauermedikamente in Ihrem Handgepäck. So sind sie immer griffbereit und besser vor Verlust geschützt.
- Einige Medikamente (z.B. starke Schmerzmittel) erfordern besondere Beachtung der Gesetze einiger Zielländer. Informieren Sie sich bitte!

### Reise-Impfberatung

Bei Fernreisen können im Urlaubsland Impfungen gesetzlich vorgeschrieben sein; oder es ist aus Gründen persönlicher Gesunderhaltung ratsam, Impfungen vor Reiseantritt vorzunehmen.

Welche Impfungen erforderlich sind, können wir im gemeinsamen Gespräch klären.

Vereinbaren Sie telefonisch einen Termin –

Wir sind gern für Sie da: 03831 - 30 38 80



**Warmbad-Apotheke**

Olof-Palme-Platz 5 • 18439 Stralsund  
Tel. 03831 - 70 39 49



**Knieper-Apotheke**

Knieperdamm 6 • 18435 Stralsund  
Tel. 03831 - 39 23 34



**Baltic-Apotheke**

Ossenreyerstr. 56 • 18439 Stralsund  
Tel. 03831 - 30 38 80

Apothekerin Birka Zander e.Kfr.

Ratgeber für Ihre Reiseapotheke



# Reisen

...möglichst  
unbeschwert!

# Ihre Reiseapotheken - Checkliste

Mit diesem Ratgeber wollen wir Ihnen bei der Zusammenstellung einer Reiseapotheke helfen.

## Grundausstattung

- Fieberthermometer
- Pinzette, Schere
- Einmalhandschuhe
  
- Verbandsmaterial
- Wundpflaster
- elastische Binden
  
- Mittel zur Wundversorgung
- Wunddesinfektion
- Salben zur Wundheilung
- Mittel bei Verbrennungen
- Salben für Prellungen, Zerrungen
  
- Magen/Darm
- Tabletten gegen (Reise-)Übelkeit und Schwindel
- Medikamente gegen Durchfall
- Medikamente gegen Verstopfung
- Mittel gegen Sodbrennen

Erkältung / Schmerzen

- Halsschmerzmittel
- Tabletten zur Schmerzlinderung und Fiebersenkung
- Hustenmittel
- Nasenspray

Insekten- und Sonnenschutz

- Mittel zur Insektenabwehr
- Salben zur Linderung bei Insektenstichen
- Sonnenschutzmittel
- Pflege bei Sonnenbrand

Speziell für Kinder

- Fiebersaft, Schmerzsaft
- Mittel zum Hustenstillen
- Mittel zum Hustenlösen
- Nasentropfen
- Elektrolytmischung bei Durchfall

Wir wünschen Ihnen eine schöne, gesunde Reise und Heimkehr bei bester Gesundheit!