



Reiseapotheke leicht gemacht

Egal, ob es nach Bayern, Schweden oder Südafrika geht – es gibt einige einfache Dinge, die Sie für Ihre Gesundheit auf Reisen dabei haben sollten. Wir geben Ihnen Tipps, was in die Reiseapotheke gehört.

Auf kleine Verletzungen vorbereitet sein

Zwingend notwendig ist ein Wunddesinfektionsmittel bei kleinen Verletzungen und Verbandsstoffe sowie Pflaster für den Notfall. An Medikamenten empfehlen sich auf jeden Fall ein Mittel gegen Durchfall-Erkrankungen und ein Schmerzmittel.

Wenn das Reiseziel eine exotische Region ist, ist auch ein Fieberthermometer sinnvoll, genau so wie ein steriles Spritzenset und ein besonders starker Mücken- und Insektenschutz.

Wenn kleine Kinder mitreisen

Kleine Kinder reagieren noch sensibler auf Flüssigkeitsverlust (zum Beispiel bei Durchfall). Daher sollten Sie für sie ein Medikament mitnehmen, das den Flüssigkeitsverlust ausgleicht. Ganz wichtig besonders für Kinder sind natürlich je nach Reiseziel Sonnenschutzcreme und eine Kopfbedeckung. Je nach Alter des Kindes können Reisetabletten oder Reisekaugummi gegen Übelkeit wirken. Ein Beruhigungstee kann bei kleinen Kindern den Reisetress etwas mildern. Auch gegen Blähungen gibt es Medikamente.

Unser Tipp

Bei Urlaubsreisen mit Kindern gilt: Zäpfchen sind oft besser als Tabletten.

Medikamente schon zu Hause kaufen

Wer schon im vergangenen Jahr eine gut gefüllte Reiseapotheke dabei hatte, der muss wahrscheinlich gar nicht viel umpacken. Die meisten Produkte werden noch in Ordnung sein. Vorsicht gilt bei offenen Cremetuben und bei Sonnenschutz, denn der Lichtschutzfaktor baut sich mit der Zeit ab. Arzneimittel für die Reiseapotheke sollte man übrigens zu Hause kaufen, damit man sicher ist, dass man das Richtige bekommt.

Weitere Informationen im Bereich Leistungen:

Weitere Informationen im Bereich Leistungen:

[Reiseimpfungen](#)

[Versicherungsschutz im Ausland](#)

Hier gelangen Sie zu unserem Medikamenten-Finder:

Hier gelangen Sie zu unserem Medikamenten-Finder:

[Mehr zum Thema](#)