

## Check- und Einkaufsliste für Ihre Reiseapotheke

### Fieber und Schmerzen

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Paracetamol für Grippe &amp; Erkältungssymptome, Fieber, Gliederschmerzen, Kopf-, Frösteln, Frösteln (Mexalen, NeoCitran)</li> <li>● Metronidazol für starke Schmerzen nach Verletzungen, Koliken, Fieber Novalgin)</li> <li>● Acetylsalicylsäure bei Grippe &amp; Erkältungssymptomen, Fieber, Gliederschmerzen, Kopf-, Frösteln, Frösteln (Aspirin, Thromboass)</li> </ul>
Husten	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Efeuextract (Prospan)</li> <li>● Codein bei Reizhusten (Paracodin Tropfen)</li> <li>● Acetylcystein zur Schleimlösung (Aeromuc)</li> </ul>
Halsschmerzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zucker mit Honig, Salbeitee, Pfefferminzöl</li> <li>● Halset, Neo-Angin®, Tyrothricin</li> </ul>
Verstopfte Nase, Rhinitis	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Rhinospray (Coldargan)</li> </ul>

### Bei Magen-/Darmproblemen

Reise-/Seekrankheit	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dimenhydrinat (Neoemedyl, Vertirosan)</li> </ul>
Sodbrennen	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reni, Ulcogant</li> </ul>
Krämpfe	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Butylscopolamin (Buscopan)</li> </ul>
Verstopfung	<ul style="list-style-type: none"> <li>● eingeweichte Dörrpflaumen, zuckerfreie near Water Getränke oder Zuckerl</li> <li>● Dulcolax</li> </ul>
Durchfall	<ul style="list-style-type: none"> <li>● getrocknete Heidelbeeren</li> <li>● Präparate mit Darmbakterien (Antibiophilus, Omniflora)</li> <li>● Loperamidhydrochlorid (Imodium akut 2mg)</li> </ul>
Elektrolytausgleich	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Heidelbeerelektrolytlösung</li> <li>● Normhydral® oder NORMOLYT® lösliches Pulver oder Lytomed®</li> </ul>
Allergische Reaktionen	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Antihistaminika (Xyzall, Zyrtec)</li> </ul>

### Für Haut- und Wundpflege

Juckende Hautausschläge	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Fenistil Gel</li> </ul>
Wundsalbe	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bepanthen Wund- und Heilsalbe</li> </ul>
Sonnenbrand, Verbrennungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bepanthen® Plus Spray/Schaumspray</li> </ul>
Hautmykosen/-pilz	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Canesten</li> </ul>
Fieberblasen/Herpes	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Zovirax, Aciclovir</li> </ul>

### Antibiotika

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Augmentin für akute Atemwegsinfekte, Hautinfekte, Blasenentzündung, Tierbisse, Zahninfekte (Amoxicillin)</li> <li>● Zithromax für HNO, Atemwegsinfekte (Azithromycin)</li> </ul>
---

### Wundversorgung

Wundschnellverbände	in verschiedenen Größen für verschiedene Bedürfnisse, Pflaster für empfindliche Haut, Kinderpflaster, wasserfeste Pflaster, elastische Pflaster
Sterile Mullkompressen	Versorgung größerer Wunden, werden mit Mullbinden, Bandagen fixiert
Mullbinden	sind in verschiedenen Breiten erhältlich und sollten nicht zu schmal gewählt werden: 4 bis 6 cm für einen Handverband, 8 cm – Verband an Armen oder Beinen
selbsthaftende Mullbinden (Pehahaft)	gut an beweglichen Körperteilen
Heftpflasterrollen	Kompressen oder Bände fixieren – sollten für empfindliche Haut geeignet sein - lassen sich auch leichter wieder entfernen
Elastische Binden	zur Ruhigstellung bei Verstauchungen oder Prellungen, auch gut für einen Druckverband
Cobanbinde	selbsthaftender, wasserfester Verband als rutschfester Stützverband für Gelenke, Muskelzerrung, zur Befestigung von Kompressen
Blasenpflaster	direkt auf die Blase kleben und warten bis sie sich von selbst gelöst haben
Dreieckstücher	sehr vielseitig einsetzbar als Armschlinge, zum Verbände abdecken oder Augen verbinden
Klebschaum-Schaumstoffplatten	mit ihm lassen sich rasch Druckstellen abpolstern und so rasch eine Wanderung oder Tennispertie retten
Tubifoam	Schaumgummischlauch mit dem man leicht eine Druckstelle, eine Hammerzehe oder Halux Valgus entlasten kann
Tubigrip	ein Gummistrumpf in Meterware mit dem man rasch eine Muskelgruppe oder ein geschwollenes Gelenk stützen kann

### Sonstiges

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Verbandsschere, Sicherheitsnadeln, Einmalspritzen, Einmalnadeln (s.c., i.v.) z. B. Schlauchverbände, Fingerverbände, Einmalhandschuhe, Kompressionsstrümpfe usw. Rettungsdecke</li> <li>● Isotone Kochsalzlösung in Plastikflaschen oder Einmalampullen erhältlich</li> <li>● Desinfektionsmittel – flüssig, als Salbe zur Reinigung von Wunden</li> <li>● Nelkenöl: schmerzstillend und desinfizierend etwa bei Nagelfalz oder Insektenstich</li> </ul>
---