



## Reiseapotheke für den Badeurlaub

Diese Medikamente sollten Sie beim Strandurlaub auf jeden Fall dabei haben.

### Zur Versorgung von Wunden:

- Antiseptische Wund- und Heilsalbe
- Desinfektionsmittel
- Kleine Schere und Pinzette
- Pflaster in verschiedenen Größen
- Mullbinden, Kompressen und elastische Binden
- Dreieckstuch
- Sterile Wundkompressen
- Rollenpflaster, Klammern oder Sicherheitsnadeln zum Fixieren von Verbänden

### Wichtige Medikamente:

- Individuelle Medikamente (z. B. Allergiemittel)
- Dauermedikation (z. B. Blutdruckmittel, Verhütungsmittel)
- Schmerzmittel und Fiebermittel
- Medikamente gegen Reiseübelkeit, Durchfall und Verstopfung
- Elektrolytlösung
- Erkältungslindernde Medikamente (z. B. Nasenspray)
- Entzündungshemmende Medikamente
- Cremes gegen Fußpilz und Lippenherpes
- Mittel gegen gereizte Augen, Augentropfen

### Das sollten Sie außerdem einpacken:

- Sonnenschutz: wasserfest und mindestens Lichtschutzfaktor 20
- Sonnenbrille
- Kopfbedeckung zum Schutz vor der Sonne
- Spray oder Salbe zur Behandlung von Sonnenbrand und Insektenstichen
- Insektenschutz (gegen Mücken, Zecken usw.)
- Fieberthermometer (bevorzugt digital, da Glasthermometer zerbrechen können)

### Platz für eigene Notizen:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

Weitere Informationen zum Thema Medikamente im Urlaub finden Sie unter [ergo.de](http://ergo.de)

**Hinweis:** Die Checkliste ist nur eine Empfehlung ohne Anspruch auf Vollständigkeit. Sind Sie besonders anfällig oder haben eine chronische Erkrankung, sprechen Sie dies am besten im Vorfeld mit Ihrem Arzt ab und ergänzen Sie die Checkliste mit Ihren persönlichen Medikamenten.

ERGO Versicherungen haften nicht für die Richtigkeit der Informationen. Stand: August 2017