



Checkliste für deine Reiseapotheke

Basics

Sonnencreme

After-Sun-Lotion /
Aloe Vera Produkte /
Brandsalbe

Desinfektionsmittel

Pinzette, Zeckenkarte

Erste-Hilfe-Set:
Pflaster, Schere, Mull-
binden, Sterile Wund-
auflagen, Klebeband,
Wunddesinfektion,
Rettungsdecke, Ein-
weghandschuhe

Traubenzucker

Blasenpflaster

Wundsalben

Ggf. Damenhygiene

Verhütungsmittel:
Kondome, Antibaby-
pille

Individuell

Insulin

Thrombosespritzen

Migränemittel

Allergie Notfallkit

Sonstige persönliche
Medikamente

Medikamente

Malariatabletten

Paracetamol
bei Denguefieber

Entzündungshemmen-
de Schmerzmittel

Schmerzmittel
für Fieber, Hals- & Kopf-
schmerzen

ansonsten gegen

Bindehautentzündung

Erbrechen

(Lippen)herpes

Husten, Schnupfen,
Erkältung

Schwindel
(Reisekrankheit)

Pilzinfektionen

Verbrennungen

Verstopfung

Verdauungs-
beschwerden

Mund- & Rachen-
entzündung

Blasenentzündung

Regionsspezifisch

Allergiemittel

Fieberthermometer

Kühlkompressen

Insektenschutzmittel

Mittel gegen
Insektenstiche

Kohletabletten

Stauungsverbände
(für Schlangenbisse)

Kontaktlinsen, Augen-
tropfen

Magnesium- &
Calciumtabletten

Trinkpulver
mit Elektrolyten

Wasserreinigungs-
tabletten

Beachte

- ❗ Verfallsdatum
- ❗ Einreise-/Einfuhr-
bestimmungen
- ❗ Flugbestimmungen
- ❗ Dokumente
(Impf-/Allergiepass, ...)
- ❗ Richtige Lagerung
von Medikamenten