

**Information für unsere Patienten**  
**Die Reiseapotheke**

1. Um kleinere Wunden zu versorgen:
  - Desinfektionsmittel
  - Pflaster
  - eventuell eine steril verpackte Binde
  - Schere, Pinzette
2. Gegen mögliche allergische Reaktionen, Juckreiz, Insektenstiche, Sonnenbrand:
  - Tabletten (z. B. Fenistil®)
  - Salbe (z. B. Fenistil®)
3. Für mögliche grippalen Beschwerden:
  - Nasenspray
  - Lutschtabletten bei Halsschmerzen (auch nach trockener Luft im Flugzeug)
  - eventuell schleimlösende Medikamente (optional)
4. Fiebersenkende und schmerzlindernde Medikamente:
  - z. B. Paracetamol
  - z. B. Ibuprofen (wirkt auch anti-entzündlich)
  - zudem eventuell ein Fieberthermometer (nicht aus Glas)
5. Medikamente gegen Übelkeit und Erbrechen:
  - Reisetabletten bei Reiseübelkeit
  - Metoclopramid oder Dimenhydrinat (Übelkeit): verschreibungspflichtig!
  - Loperamid (Durchfall): verschreibungspflichtig!
6. Bei Verstopfungsneigung helfen:
  - ausreichende Flüssigkeitsmengen (deutlich größerer Bedarf bei Flugreisen)  
-> in südlichen Ländern nur abgepackte, ungeöffnete Flaschen verwenden
  - Trockenfrüchte
  - milde abführende Mittel wie z. B. Lactulose/ Movicol