

# Reiseapotheke

Eine Empfehlung der AMI – Kärnten GmbH

[www.ami-ktn.at](http://www.ami-ktn.at)



Die Reiseapotheke ist ein wichtiger Bestandteil des Reisegepäcks und sollte vor allem auf Fernreisen nie fehlen.

Es ist sinnvoll, die notwendigen Medikamente aus Österreich mitzunehmen (deutsche Beipackzettel, Zulassung...). Eine Absprache mit dem Hausarzt ist auf jeden Fall empfehlenswert, manche der unten angeführten Medikamente sind auch rezeptpflichtig.

Vorsicht bei mitgeführten Spritzen und Ampullen – evtl. Erklärungsbedarf! Identifizierungsausweis (z.B. Diabetiker) und – falls notwendig – mehrsprachiges medizinisches Gutachten mitnehmen! Natürlich ist bei der Auswahl der Präparate auf bekannte Allergien und bereits erprobte Verträglichkeit zu achten. Die unten angeführte Liste ist eine Empfehlung und kann selbstverständlich individuell ergänzt bzw. abgewandelt werden.

## Medikamente die man zuhause regelmäßig einnimmt:

- Der nötige Gesamtvorrat und evtl. eine kleine Reserve (bei Flugreisen im Handgepäck) sollten von zuhause mitgenommen werden. z.B. Blutdruckmittel, Insulin beim Diabetiker, Pille....

## Reisespezifische Medikamente ( abgestimmt auf Reiseziel und Reiseart):

- **Schmerz- und fiebersenkende Mittel:** z.B. Aspirin, Parkemed
- **Mittel gegen Durchfallserkrankungen:**
  - z.B. Imodium, Enterobene (diese sind stark wirksam und sollten nur für kurze Zeit eingenommen werden)
  - Zum Wiederherstellen der Darmflora: z.B. Omniflora
  - Bei starkem Flüssigkeitsverlust (vor allem gefährlich bei Kindern): Rehydratationsmittel wie z.B. Normolyt
  - Alternative im Notfall: ein Liter Orangensaft + ein EL Zucker + ein KL Salz!
  - Bei fieberhaften und blutigen Durchfällen Arzt hinzuziehen!
- **Mittel gegen Verstopfung:** z.B. Dulcolax, Clysmol
- **Antiallergische Mittel** (Antihistaminika): z.B. Zyrtec, Fenistil, Clarityn
- **Mittel bei Insektenstichen:** juckreizstillende und abschwellende Gele z.B. Fenistil Gel, Euceta Gel
- **Antibiotika:** in Absprache mit dem Arzt, **rezeptpflichtig!**
- **Mittel gegen Pilzkrankungen:** z.B. Canesten
- **Mittel bei Erkältungen:**
  - Schleimlösende Mittel, Hustensaft: z.B. Prospan Tropfen, Mucosolvan, Wick.
  - Halsschmerzen: z.B. Tantum verde – Gurgellösung, Emser-Pastillen
- **Mittel gegen Sodbrennen, Gastritis** (Antacida): z.B. Solugastril, Digestif Rennie
- **Augentropfen:** z.B. Oleovit, Refobacin (bei eitriger Bindehautentzündung)
- **Nasentropfen:** zur Schleimhautabschwellung: z.B. Nasivin, Otrivin
- **Ohrentropfen:** bei Schmerzen: z.B. Otalgan
- **Wund- und Heilsalben:** z.B. Vita-Merfen, Betaisodona-Wundgel, Wundesin
- **Mittel gegen Übelkeit, Erbrechen, Reisekrankheit:** z.B. Travel-Gum, Paspertin Tropfen
- **Malariamittel**

## Weitere wichtige Bestandteile der Reiseapotheke:

- **Verbandsmaterial:** Schnellverband, Wundauflagen, Mullbinden, Heft- und Wundpflaster....
- **Elastische Binde**
- **Schere**
- **Pinzette**
- **Fieberthermometer** (in bruchsicherer Hülle)
- **Desinfektionsmittel**, evtl. auch Mittel zur Wasserdesinfektion
- **Einmalhandschuhe**
- **Sonnenschutzmittel** (mit hohem Lichtschutzfaktor)
- **Insektenschutzmittel** für Haut und Kleidung, Moskitonetz
- **Kondome**

## Reiseimpfungen:

Rechtzeitig beginnen, genauere Informationen beim Arzt oder z.B. unter [www.reisemed.at](http://www.reisemed.at) und [www.impf.at](http://www.impf.at)

**Basisimpfungen bei allen Fernreisen:** Diphtherie –Tetanus, Polio, Hepatitis A+B, Typhus

**Thromboseprophylaxe (Flugreisen):** Notwendigkeit mit dem Arzt abklären

## Schönen und erholsamen Urlaub!

Stand Jänner 2009/Rai  
© AMI – Kärnten GmbH, alle Rechte vorbehalten

