



Jacqueline Timeus · Bahnhofstrasse 16 · 8620 Wetzikon

Telefon +41 (0)44 932 13 30 · Telefax +41 (0)44 932 52 62 · e-Mail [bahnhofapotheke@reise-apotheken.ch](mailto:bahnhofapotheke@reise-apotheken.ch)

**Ihre Spezialisten für individuelle Reise-Apotheken** [www.reise-apotheken.ch](http://www.reise-apotheken.ch)

Dr. Christoph Timeus · Grütstrasse 49 · 8625 Gossau

Telefon +41 (0)44 936 13 30 · Telefax +41 (0)44 936 13 01 · e-Mail [dorfapotheke@reise-apotheken.ch](mailto:dorfapotheke@reise-apotheken.ch)

---

# REISEAPOTHEKE

Der Umfang und die Auswahl der Reiseapotheke richten sich nach **Reiseziel, Reiseart,** und Entfernung von der Zivilisation. Mit einer **eigens für Sie zusammengestellten Reiseapotheke** sind Sie auch auf Unvorhergesehenes vorbereitet. Wir helfen Ihnen gerne dabei! Ihre bestehende Reiseapotheke überprüfen wir kostenlos.

## Checkliste zur Reiseapotheke:

### Grundausstattung:

Die empfohlene Grundausstattung umfasst Mittel zur Vorbeugung oder Behandlung von

- Übelkeit, Reisekrankheit
- Fieber, Schmerzen (leichte bis starke), Koliken
- Erkältungskrankheiten, Klimawechsel (Ohren / Hals / Atemwege)
- Magen-/Darmstörungen (Durchfall / Verstopfung / Blähungen (Flüge u.a.) / Elektrolytverlust / Sodbrennen etc.)
- Augenentzündungen ("dry-eye" / Infekte)
- Sonnenschutz (mit hohem Lichtschutzfaktor / Lippenchutz / "Après-Soleil" / gute Sonnenbrille)
- Insektenschutz (Haut und Textilien / Moskitonetz / Mückenstichbehandlung)
- Hautprobleme (Sonnenbrand / Allergien / Juckreiz / Fieberblasen / Wundinfekte)
- Wunden, Schürfwunden, Verbrennungen
- Desinfektionsmittel (Gegenstände / Oberflächen / Haut)
- Prellungen, Verstauchungen
- Aufbaupräparate (Vitamine / Traubenzucker / Elektrolyte)
- Verbandmaterial (u.a. Blasenpflaster / Steri-Strip / Handschuhe)
- Instrumente (Spritzen und Nadeln / Pinzette / Schere / digitales Fieberthermometer / Sicherheitsnadeln)
- Handgepäckbeutel

Je nach Art und Ziel der Reise, sowie persönlicher Disposition, **nicht vergessen:**

- Hautpilze, Genitalbeschwerden
- Parasiten (Haut, Gegenstände)
- Schlafstörungen (Kissen / Ohropax / Schlafbrille etc.)
- Kreislauf-, Asthma-, Herzbeschwerden
- Wasserentkeimungstabletten, Katadyn-Filter
- Präservative
- Notfallmittel (Zahnreparaturen / Aludecke / Beatmungshilfe / Handschuhe)
- Allergie-Notfall-Set
- Breitspektrum-Antibiotikum (Durchfall, Blasenentzündung, Atemwege, Wundinfekte)
- Malariamittel, Typhus-Schluckimpfung
- Kompressionsstrümpfe, Heparin-Injektion
- Nikotinersatzpräparat (Kaugummi / Tabletten / Inhaler etc.)
- Persönliche Medikamente aus einer laufenden Behandlung

### **Besondere Situationen**

Folgende Situationen erfordern eine spezielle und persönliche Beratung:

- Reisen in die Tropen, ins Hochgebirge oder in Drittweltländer
- Reisende mit chronischen Krankheiten und mit Kleinkindern
- Schwangere und Stillende
- Langzeitaufenthalter

### **Wichtige Tipps:**

- \* **Überprüfen Sie Ihren Impfstatus.** - Wir beraten Sie gerne!
- \* Wir informieren Sie über eine allfällige **Malariaprophylaxe** oder **-notfallmedikation**.
- \* Beachten Sie besonders die Aufbewahrungsvorschriften. Gewisse Medikamente verlieren bei falscher Lagerung rasch ihre Wirksamkeit.
- \* Bei Zeitverschiebungen müssen Sie die Einnahmezeiten Ihrer Medikamente anpassen - fragen Sie uns!
- \* Bei Reisen in Gebiete mit mangelhaften hygienischen Verhältnissen sollten noch zusätzliche Vorkehrungen getroffen werden.

**Wir wünschen Ihnen schöne und erholsame Ferientage!**