REISEAPOTHEKE & IMPFUNGEN - CHECKLISTE

Minimal & sicher **vorbereitet auf Reisen**. Für dich erstellt von **ReiseEnergie**, zwei Krankenpfleger auf Weltreise

Reiseapotheke - Erste Hilfe Basics
□ Pflaster (verschiedene Größen
□ Blasenpflaster
Desinfektionsmittel oder Desinfektionstupfer
□ 2-3 sterile Kompressen
□ Pinzette für Splitter oder Zecken
□ 3-5 Sicherheitsnadeln als Multi-Tool
□Klammerpflaster (nur zur Notfallversorgung kleiner Wunden)

Wichtige Medikamente - einzelne Blister
□ Schmerzmittel (z.B Ibuprofen)
□ Reiseübelkeit / Seekrankheit (z.B Vomex)
□ Durchfall (z.B Kohletabletten)
□ Verstopfung (z.B Dulcolax Dragees)
□ Breitbandantibiotika (ärztlich verschrieben)
□ Persönliche, verschreibungspflichtige Medikamente (ausreichend Vorrat)

Nützliche Extras
□ Mini Bepanthen
□ Insektenstichheiler
□ Zip-Beutel oder kleine Dose für Tabletten

Platz für eigene Notizen

.....

.....

.....

.....

REISEENERGIE