

# Beratungstabelle: Rundum-Checkliste für Reiseapotheke



Pflaster, Schere, Fieberthermometer, Verbandmaterial, Pinzette

Bereich	Indikation	Wirkstoff (Vorschläge)	Empfehlenswerte Handelspräparate
Schmerzen/ Fieber	Fieber	Paracetamol ASS	
	Kopf, Zahn-, Gelenk-, Gliederschmerzen	Paracetamol, ASS, Ibuprofen, Diclofenac	
	Migräne	Naratriptan	
Auge	trocken	„Künstliche Tränen“, z. B. Hyaluronsäure	
	entzündet	Antibiotikahaltige Augentropfen*	
Ohr	Ohrenschmerzen	ASS, Ibuprofen Ohrentropfen Abschwellende Nasentropfen	
Atemwege	Halsschmerzen	Salbei, Emser Salz Desinfizienz, z. B. Chlorhexidin oder Dequaliniumchlorid Lokalanästhetikum, z. B. Lidocain oder Polidocanol Flubiprofen	
	Husten	Antitussivum, z. B. Dextromethorphan Expektorans, z. B. Ambroxol, Acetylcystein Thymian-, Efeupräparate	
	Heiserkeit	Isländisches Moos, Emser Salz	
	Schnupfen	Imidazolderivate, z. B. Xylometazolin	
Herz/Kreislauf	Herz/Kreislauf	Weißdorn Sympathomimetikum	
Magen-Darm	Durchfall-Prophylaxe	Saccharomyces boulardii Medizinische Kohle	
	Durchfall-Therapie	Orale Rehydratationslösung Medizinische Kohle, Gerbstoffe, Pektin Loperamid Uzarawurzel Gyrasehemmer* Enkephalinase-Inhibitor*	
	Erbrechen	Orale Rehydratationslösung	
	Blähungen	Simethicon Fenchel, Anis, Kümmel	
	Sodbrennen	Antacida H2-Blocker	
	Verstopfung	Bisacodyl, Natriumpicosulfat Rectiolen mit Glycerol oder Sorbitol	
	Hämorrhoiden		
	Übelkeit, Motilitätsstörung	Metoclopramid* Bittere Schleifenblume	
Krämpfe	Butylscopolamin		

Bereich	Indikation	Wirkstoff (Vorschläge)	Empfehlenswerte Handelspräparate
Blase/Niere	Harnwegsinfektion	Bärentraubenblätter, Orthosiphonblätter Butylscopolamin Paracetamol Antibiotikum*	
Beine	Thrombose-Prophylaxe	Kompressionsstrümpfe Heparin*	
	Venen	Roskastanie	
Knochen/ Gelenke	Prellungen/ Verstauchungen	Kühlkomresse, elastische Binde Diclofenac Heparinsalbe	
Haut	Wunden, Verbrennungen	Mullbinde, sterile Komresse, Pflaster, Desinfektionsmittel Dexpanthenol-Salbe Antibiotische Salbe*	
	Insektenstiche, Zeckenstiche	<b>Prophylaxe:</b> Moskitonetz + Permethrin (Mücken) Zanzarin Diethyltoluamid (DEET), Bayrepel® <b>Therapie:</b> Desinfektionsmittel Antihistaminika-, cortisonhaltige Creme	
	Allergie, Sonnenallergie	Hydrocortison-Creme Antihistaminkum	
	Sonnenbrand	Dexpanthenol-Lotion Cortisonhaltige Salbe	
	Sonnenschutz für Körper, Gesicht + Lippen	UV-A + -B-Filter, für Kinder und Hautempfindliche mit mineralischem Filter	
	Herpes labialis	Aciclovir	
	Fußpilz	Bifonazol Clotrimazol	
Frauen- krankheiten	Regelschmerzen	Ibuprofen Butylscopolamin	
	Scheidenpilz	Clotrimazol	
Allgemeine Reise- beschwerden	Jet-Lag	evtl. Schlafmittel	
	Schlafstörungen	Baldrianwurzel, Hopfen, Melisse Doxylamin oder Diphenhydramin Ohrstöpsel gegen Lärm	
	Kinetose	Ingwerwurzelstock Antihistaminika, z.B. Dimenhydrinat- Scopolamin-Pflaster*, Cinnarizin*, Flunarizin*	
	Flugangst	Beruhigungsmittel, evtl. Benzodiazepin*	
Sonstige, individuelle Probleme			

\*Rezeptpflichtig

Die vorgeschlagene Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit!

© DGK