

Reisen mit Kindern

Kinder sind für gesundheitliche Störungen im Urlaub anfälliger als Erwachsene. Mit entsprechenden Vorkehrungen lässt sich das Risiko jedoch klein halten bzw. kann man schnell selbst abhelfen.

Impfcheck (am besten bereits vor Buchung)

Eventuelle grundlegende Gesundheitsrisiken mit Arzt besprechen

Impfschutz ggf. möglichst frühzeitig komplettieren bzw. auffrischen:

- Grundschatz auch für zu Hause: Tetanus, Diphtherie, Kinderlähmung, Keuchhusten + alle von der Ständigen Impfkommission (STIKO) empfohlenen Impfungen für Kinder
- Reiseimpfungen zusätzlich je nach Reiseland, -zeit und -art sind meist auch bei Last-minute-Reise noch möglich (Allgemeine Informationen unter www.ibera-online.de)

Wichtige medizinische Dokumente mitnehmen

- Krankenkassen-Chipkarte, ggf. spezielle fürs Ausland, Police private Auslandsrankenversicherung
- Impfpass

Medikamente mitnehmen

Grundsätzlich wichtig für Kinder sind Mittel gegen Fieber, Durchfall und Reiseübelkeit sowie auch ausreichender Sonnenschutz und ein juckreizstillendes Gel.

Reiseapotheke für Kinder s. umseitige Checkliste:

- Individuell in der Apotheke zusammenstellen lassen
- Handelspräparate sowie Verwendbarkeitsdatum in jeweilige Spalte eintragen lassen
- Vor jeder Reise überprüfen, ob Zusammenstellung den aktuellen Erfordernissen entspricht und ob Mittel noch brauchbar sind
- Dauermedikamente + 1/3 als Reserve, bei Flugreise mehrere Dosen ins Handgepäck

Im Notfall für Arzt/Apotheke vor Ort mitnehmen

- Auflistung der Dauermedikamente mit Angabe der ärztlichen Diagnose, Gebrauchsinformationen
- Kopie des letzten Arztberichtes bei chronischen Erkrankungen
- SOS-Telefonnummern von zu Hause für eventuelle Rückfragen

| Bereich | Name | Adresse | Tel.-Nr. |
|---------------------|------|---------|----------|
| Kinderarzt | | | |
| Hausarzt | | | |
| Facharzt/ Klinik | | | |

| |
|-----------------|
| Individualdatei |
|-----------------|

Checkliste Reiseapotheke für Kinder

Individualdatei Logo

Ggf. Dauermedikamente
Fieberthermometer, Verbandmaterial, elastische Binde, Pflaster,
Schere, Pinzette

| Bereich | Beschwerde | Name Handelspräparat | Verwendbar bis | |
|------------------|--|----------------------|----------------|--|
| Schmerzen/Fieber | Fieber Schmerzen | | | |
| Schlaf | Einschlafprobleme | | | |
| Auge | Bindehautentzündung | | | |
| Ohr | Schmerzen äußerer Bereich | | | |
| | Schmerzen Innen- bzw. Mittelohr | | | |
| | Schmerzen druckbedingt beim Fliegen | | | |
| Atemwege | Halschmerzen | | | |
| | Husten | | | |
| | Heiserkeit | | | |
| | Schnupfen | | | |
| Magen/Darm | Durchfallprophylaxe | | | |
| | Durchfalltherapie | | | |
| | Erbrechen | | | |
| | Blähungen | | | |
| | Verstopfung | | | |
| | Übelkeit/Reiseübelkeit | | | |
| Haut | Verletzungen, Wunden | | | |
| | Insektenstiche, Zeckenstiche Prophylaxe | | | |
| | Insektenstiche Therapie | | | |
| | Sonnenbrand | Schutz Therapie | | |
| | Allergie, Juckreiz | | | |

Die vorgeschlagene Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit!

© DGK