

## Checkliste: Kinder-Reiseapotheke für den Urlaub

Bevor Sie mit Kind in den Urlaub fahren, sollten Sie Ihre Reiseapotheke jedes Jahr mindestens einmal überprüfen. Ist ausreichend Verbandsmaterial vorhanden? Haben Sie altersgerechte Medikamente gegen Fieber und Durchfall dabei? Ist das Verfallsdatum auch nicht überschritten? Auch Verbände, Tabletten und Zäpfchen müssen regelmäßig geprüft und ggf. ersetzt werden! Diese Checkliste für Ihre Kinder-Reiseapotheke hilft, an alles zu denken, was Sie im Urlaub dabeihaben sollten.

### Grundausrüstung

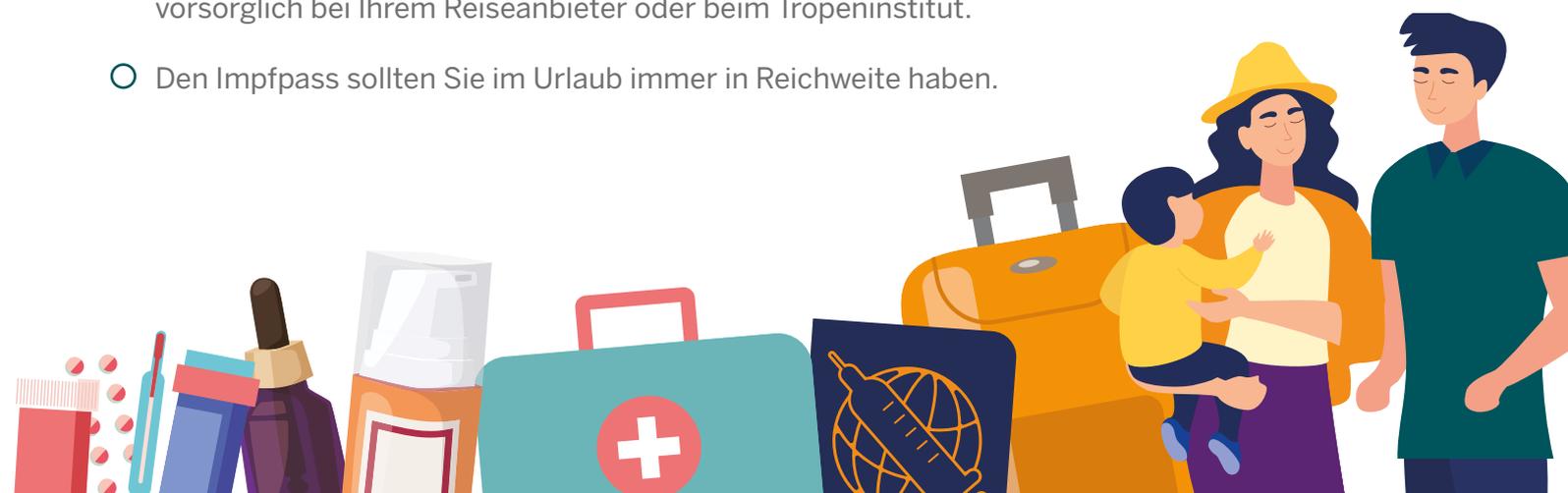
- Reisekaugummis oder Zäpfchen gegen Reiseübelkeit und Erbrechen.
- Entzündungshemmendes Antihistamin-Gel bei Insektenstichen.
- Fiebersenkende Mittel in einer altersgerechten Form, z. B. Zäpfchen oder Saft.
- Mücken- und Zeckenschutz-Spray, Gel und/ oder Netzel.
- Tropfen oder Lutschtabletten gegen Halsschmerzen.
- Augentropfen bei möglichen Allergien.
- Ohrentropfen bei aufkommenden Ohrenschmerzen.
- Glukose/ Elektrolyt-Präparate bei Durchfall.
- Nasenspray-Salzlösung oder abschwellendes Nasenspray bei Schnupfen.
- Desinfektionsspray.
- Kamillentee für Bauchweh.
- Wundsalbe.
- Hustensaft.
- Pflaster und Verbandstoffe.
- Fieberthermometer.

### Achtung!

Benötigt Ihr Kind spezielle Medikamente oder Utensilien? Bitte sorgen Sie für einen ausreichenden Vorrat. Wichtige Medikamente gehören auf einer Flugreise unbedingt ins Handgepäck. So haben Sie auch dann alles griffbereit, wenn der Koffer verloren gehen sollte!

### Nützliche Tipps für Eltern

- Überprüfen Sie vor der Abreise die Impfungen Ihrer Kinder: Sind alle Impfungen auf dem aktuellen Stand? (Für einige Länder sind spezielle Impfungen vorgeschrieben.) Informieren Sie sich vorsorglich bei Ihrem Reiseanbieter oder beim Tropeninstitut.
- Den Impfpass sollten Sie im Urlaub immer in Reichweite haben.



- Erkundigen Sie sich an Ihrem Reiseort für den Notfall vorsorglich nach einem Kinderarzt und eine Apotheke in der Nähe.
- Schützen Sie Ihr Kind vor der Sonne mithilfe einer Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor.
- Um einem Sonnenstich im Sommer vorzubeugen, achten Sie darauf, dass Ihr Kind regelmäßig Pausen im Schatten macht und eine passende Kopfbedeckung trägt. Ihr Kind sollte immer genügend trinken.

