

Reiseapotheke für Kinder





CHECKLISTE

Reiseapotheke für Kinder

Entspannt in den Urlaub dank guter Vorbereitung: Mit dieser Checkliste möchten wir einen Beitrag dazu leisten, dass Sie entspannt in den Urlaub starten können. Beim Urlaub mit Kindern muss man an viele Dinge denken, auch die Reiseapotheke will durchdacht sein.

Mit Hilfe dieser Checkliste haben Sie alles im Blick und können Punkt für Punkt abhaken, sobald Sie etwas erledigt haben. An einigen Stellen haben Sie zudem die Möglichkeit, die Checkliste durch handschriftliche Ergänzungen noch auf Ihre persönlichen Bedürfnisse anzupassen.

Die Envivas wünscht Ihnen schon einmal einen schönen Urlaub.

Ihr Urlaub in (Reiseland):



Informationen einholen, Dokumente bereitlegen:

Termin bei Ihrem Kinder- / Hausarzt vereinbaren (ein bis zwei Monate im Voraus)

Mit dem Arzt diverse Fragen klären:

- ✓ Müssen Impfungen aufgefrischt werden?
- ✓ Ist eine Prophylaxe für landestypische Erkrankungen (z. B. Malaria) nötig?
- ✓ Gibt es Einfuhrbeschränkungen für die Medikamente?
- ✓ Sind Flüssigkeiten unter den Medikamenten, für die es bei Flugreisen eine Mengenbeschränkung gibt?
 - **Ja.** Die Mengenbeschränkung wird überschritten:
 - Bitte vom (Kinder-)Arzt eine schriftliche Bestätigung für die Medikamente ausstellen lassen.
 - Die Medikamente sind auf der Bestätigung namentlich aufgeführt.
 - **Nein.** Die Mengenbeschränkung wird nicht überschritten.
- ✓ Müssen Impfungen aufgefrischt werden?

.....
.....





CHECKLISTE

Reiseapotheke für Kinder

Welche weiteren Risikofaktoren könnte es geben, die bei der Vorbereitung beachtet werden müssen?

Folgende Risiken wurden im Arzttermin von Ihrem Arzt angesprochen:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.

Der Arzt empfiehlt in Bezug auf die genannten Risiken folgende Vorgehensweise:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.

Im Vorfeld über die Lage im Reiseland informieren:

- ✓ Wo am Urlaubsort befinden sich die nächsten Ärzte?
- ✓ Wo am Urlaubsort befinden sich die nächsten Apotheken?
- ✓ Welche Informationen bietet das Auswärtige Amt, wie z. B. reisemedizinische Hinweise sowie Informationen zu Tropen- und Infektionskrankheiten?

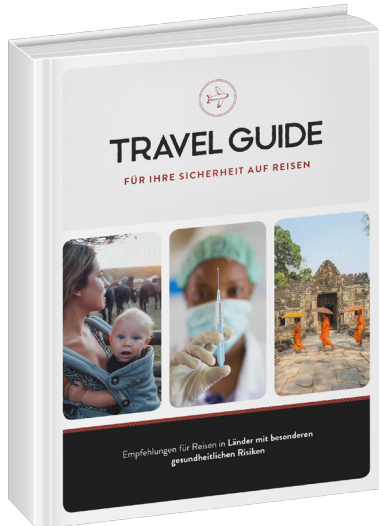
http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/05_Gesundheitsdienst/Übersicht_node.html





CHECKLISTE

Reiseapotheke für Kinder



Hinweis: Kennen Sie schon unseren Travel Guide? In diesem eBook zum Thema „Empfehlungen für Reisen in Länder mit besonderen gesundheitlichen Risiken“ geben wir viele hilfreiche Informationen zu Tropen- und Infektionskrankheiten, die häufig in Asien und Afrika auftreten.

[Hier können Sie das eBook herunterladen](#)

Alle relevanten Dokumente für Ihr Kind bereitlegen bzw. organisieren:

- ✓ U-Heft
- ✓ Impfpass
- ✓ Krankenversicherungskarte
- ✓ Ggf. Attest für Medikamente
- ✓ Ggf. Allergiepass

Besteht seitens Ihrer Krankenkasse Versicherungsschutz im Reiseland oder benötigen Sie ggf. eine private Auslandsreisekrankenversicherung für Ihr Kind (und auch für sich selbst)?

- **Ja.** Gesetzlicher Versicherungsschutz besteht im Reiseland.
- **Nein.** Um private Absicherung kümmern.
- Falls eine private Absicherung dann vorhanden ist: Von der Versicherung eine Versicherungsbescheinigung anfordern. Die Vorlage einer solchen Bescheinigung wird in einigen Reiseländern – z.B. in Krankenhäusern – verlangt.

- ✓ Sonstiges:

.....

.....





CHECKLISTE

Reiseapotheke für Kinder



Die Verteilung der Reiseapotheke auf das Reisegepäck planen

Bei Reisen mit dem Auto:

- ✓ Die Teile der Reiseapotheke, die bei der Fahrt relevant sein können, wie z. B. Medikamente gegen Übelkeit oder eine Dauermedikation, griffbereit im Auto haben, also extra packen.
- ✓ Den Rest in den Koffer packen.

Bei Reisen mit dem Flugzeug:

- ✓ Die Sicherheitsrichtlinien für die Mitnahme von Flüssigkeiten beachten.
- ✓ Teile der Reiseapotheke, die während des Fluges wichtig sind, bei Verlust des Koffers als „Notration“ benötigt werden und bei niedrigen Temperaturen Schaden nehmen (niedrige Temperaturen im Frachtraum), ins Handgepäck packen, wie z. B.:
 - Notfallmedikation
 - Dauermedikation
 - Mittel gegen Fieber
 - Mittel gegen Übelkeit
 - Schmerzmittel
 - Nasenspray
- ✓ Den Rest in den Koffer packen.



Der Inhalt der Reiseapotheke für Ihre Kinder:

HG	K	Einfach abhaken: HG = ins Handgepäck gepackt, K = in den Koffer gepackt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	U-Heft
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Impfpass
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Krankenversicherungskarte
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ggf. Attest für Medikamente
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ggf. Allergiepass





CHECKLISTE

Reiseapotheke für Kinder

Falls Sie eine private Auslandsreisekrankenversicherung abgeschlossen haben:

- ✓ Versicherungsbescheinigung
- ✓ Wichtige Daten für den Notfall im Reiseland:
 - Notfall-Rufnummer:
 - Ggf. E-Mail-Adresse:
 - Ihre Versicherungsschein-Nr.:
- ✓ Sonstiges
.....
.....

Erste Hilfe:

HG	K	Einfach abhaken: HG = ins Handgepäck gepackt, K = in den Koffer gepackt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kalt-/Warmkomresse
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sterile Wundpflaster/Kompressen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Elastische Binden
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Tape-Band
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wunddesinfektionsmittel (nicht brennend)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schmerzgel
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wundsalbe (antiseptisch)

Medikamente:

HG	K	Einfach abhaken: HG = ins Handgepäck gepackt, K = in den Koffer gepackt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Mittel gegen Fieber/Schmerzen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sterile Wundpflaster/Kompressen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Elastische Binden





CHECKLISTE

Reiseapotheke für Kinder

Mittel gegen Übelkeit / Reiseübelkeit / Durchfall:

HG	K	Einfach abhaken: HG = ins Handgepäck gepackt, K = in den Koffer gepackt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Medikament mit dem Wirkstoff Dimenhydramin oder Cinnarizin
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Elektrolytmischung
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Medikamente mit dem Wirkstoff Loperamid (ab 12 Jahren)

Infektionskrankheiten

HG	K	Einfach abhaken: HG = ins Handgepäck gepackt, K = in den Koffer gepackt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hustensaft
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Nasentropfen

Ohrenschmerzen

HG	K	Einfach abhaken: HG = ins Handgepäck gepackt, K = in den Koffer gepackt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Prophylaktisch: Ohrenstöpsel
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	schmerzstillende Ohrentropfen (Wirkstoffe: Phenazon; Procain)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Medikamente mit dem Wirkstoff Loperamid (ab 12 Jahren)

Sonnen- und Insektenschutz/Hautirritationen:

HG	K	Einfach abhaken: HG = ins Handgepäck gepackt, K = in den Koffer gepackt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sonnencreme
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hydrocortisoncreme (ab 6 Jahren)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Dimetindenmaleat- oder lidocainhaltige Cremes (ab 2 Jahren)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kopfbedeckung, Sonnenbrille
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schutznetz, lange Kleidung

Evtl. Dauermedikation/Antiallergika:

HG	K	Einfach abhaken: HG = ins Handgepäck gepackt, K = in den Koffer gepackt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>





CHECKLISTE

Reiseapotheke für Kinder

Hilfsmittel/Sonstiges:

HG	K	Einfach abhaken: HG = ins Handgepäck gepackt, K = in den Koffer gepackt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fieberthermometer
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Splitterpinzette
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schere
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Desinfektions- und Reinigungstücher
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ggf. Wasserdesinfektion

Was muss aus Ihrer Sicht sonst noch in Ihre Reiseapotheke?

-
-
-
-

Ihre Notizen:

.....

.....

.....

.....

