

Basisimpfungen		Schutz nach Grundimmunisierung	
<input checked="" type="checkbox"/>	Diphtherie	10 Jahre	} <i>Ca</i>
<input checked="" type="checkbox"/>	Tetanus	10 Jahre	
<input checked="" type="checkbox"/>	Keuchhusten	10 Jahre	
<input type="checkbox"/>	(Polio)	10 Jahre	
<input checked="" type="checkbox"/>	Hepatitis A	mind. 10 J.	<u>2x/4w</u>
<input checked="" type="checkbox"/>	Hepatitis B	nach Titer	
<input type="checkbox"/>	FSME	5 Jahre	
<input type="checkbox"/>	MMR	lebenslang	
Reiseimpfungen			
<input type="checkbox"/>	Gelbfieber	lebenslang	
<input checked="" type="checkbox"/>	Typhus	3 Jahre	
<input type="checkbox"/>	Japan B Encephalitis	10 Jahre	
<input type="checkbox"/>	Tollwut	10 Jahre	
<input type="checkbox"/>	Cholera (Durchfall)		
Spezielle Impfungen			
<input type="checkbox"/>	Meningokokken	5 Jahre	
<input type="checkbox"/>	Pneumokokken	mind. 5 J.	
<input type="checkbox"/>	Influenza	1 Jahr	
<input type="checkbox"/>	HPV	lange	
<input type="checkbox"/>	Herpes zoster	lange	

Checkliste Reiseapotheke*

Insektenschutz für Haut und Kleidung

Sonnenschutz mit hohem Schutzfaktor, in den Tropen Faktor 30 und mehr

Schmerzen

Kopf/Hals/Zahnschmerz: **Paracetamol[®] 500mg** (bis max 3x pro Tag)

Muskel/Gelenkschmerz, **Voltaren[®]** (100 - 150 mg pro Tag, „nach dem Essen“)

Durchfall

zum „Stopfen“: **Imodium[®] 2 mg** Kapseln

(Dosierung nach Wirkung, maximal 6 Kapseln pro Tag)

Gegen Übelkeit: **Motilium[®] 10 mg** Filmtabletten (3-4 x täglich 1-2 Tabl.)

Gegen Bauchkrämpfe: **Buscopan[®] 10 mg** Dragees (3-4 x täglich 1-2 Drg.)

Verkürzen der Krankheitsdauer mit Antibiotikum: Colidimin (3x täglich 1-2)

Fieberhafter Durchfall: **Ciprofloxacin 500mg** (**NUR** bei schwerer Erkrankung, wenn keine ärztliche Konsultation möglich, 2x1 über 3 bis 5 Tage, auf jeden Fall bis nach Fieberabfall)

Antibiotika

Zithromax 500 mg (1x täglich über 3 Tage bei Atemwegs- und Halsinfektionen, in Südasiens auch bei schwerem Durchfall)

Ciprofloxacin 500mg (2x1 bei fieberhaftem Durchfall (siehe oben))

Colidimin 200 mg (3x täglich 1-2), Reisedurchfall

Reiseverstopfung

Laevulac[®] orale Lösung (1/2 -3 Esslöffel) oder **Magnosolv[®]** (einen Beutel nach dem Essen)

Bei juckenden Insektenstichen oder Sonnenbrand

Decoderm[®] Creme auftragen

Fieberthermometer

Händedesinfektionsmittel z.B: Safe Hands[®]

Schutz vor sexuell übertragbaren Erkrankungen: **Kondome**

Bei Spezialsituationen:

Malariamedikamente (*unbedingt mit Arzt/Ärztin besprechen*)

Verstopfte Nase bei Erkältung: abschwellende Nasentropfen z.B. **Nasivin**[®]

Gereizte Bindehäute durch Staub, Wind, Sonne: Augentropfen (ohne Antibiotikazusatz!) z.B. **Okuzell**[®]

„Taucherohr“:

vorbeugende Ohrentropfen z.B. **Normison**[®]

Behandlung (ärztliche Diagnose wichtig):

z.B. **Betnesol-N Augen-, Ohren-, Nasentropfen**[®]

Schlafmittel für Nachtflüge: kurz wirksame Substanzen verwenden, z.B. **Halcion**[®]

Ohrstöpsel: z.B. **Oropax**[®]

Allergien: Antihistamin-tabletten, z.B. **Zyrtec**[®]

Gegen Reisekrankheit:

z.B. **Travelgum**[®] (max. 3x täglich 1-2 Dragees), **Zintona**[®] (Ingwer)

Rezidivierende Scheideninfektionen: Pilzmittel, Scheidenzäpfchen meist unpraktisch beim Reisen, daher eher z.B. **Diflucan**[®] **150 mg** Kapseln (1 Kapsel/Tag über 2 Tage)

Jet lag: **Circadin**[®] (Melatonin) 2 mg Tabletten, 1-2 Stunden vor dem Schlafengehen

Verletzungen:

Heftpflaster, Mullbinden, Pinzette, Schere

Haut-Desinfektionsmittel: z.B. **Betaisodona**[®] (Lösung NICHT Salbe)

* Besprechen Sie bitten den genauen Inhalt Ihrer Reiseapotheke mit Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt. Die Medikamente sollen auf Ihre Bedürfnisse und eventuelle Grunderkrankungen abgestimmt sein und keine gegenseitig störenden Einflüsse ausüben. Zudem sind einige der angeführten Medikamente Rezeptpflichtig.

Basisimpfungen		Schutz nach Grundimmunisierung	
<input checked="" type="checkbox"/>	Diphtherie	10 Jahre	} (A)
<input checked="" type="checkbox"/>	Tetanus	10 Jahre	
<input checked="" type="checkbox"/>	Keuchhusten	10 Jahre	
<input type="checkbox"/>	(Polio)	10 Jahre	
<input checked="" type="checkbox"/>	Hepatitis A	mind. 10 J.	2x/4Wo
<input checked="" type="checkbox"/>	Hepatitis B	nach Titer	
<input type="checkbox"/>	FSME	5 Jahre	
<input type="checkbox"/>	MMR	lebenslang	
Reiseimpfungen			
<input type="checkbox"/>	Gelbfieber	lebenslang	
<input checked="" type="checkbox"/>	Typhus	3 Jahre	
<input type="checkbox"/>	Japan B Encephalitis	10 Jahre	
<input type="checkbox"/>	Tollwut	10 Jahre	
<input type="checkbox"/>	Cholera (Durchfall)		
Spezielle Impfungen			
<input type="checkbox"/>	Meningokokken	5 Jahre	
<input type="checkbox"/>	Pneumokokken	mind. 5 J.	
<input type="checkbox"/>	Influenza	1 Jahr	
<input type="checkbox"/>	HPV	lange	
<input type="checkbox"/>	Herpes zoster	lange	