

Reiseapotheke-Checkliste

Für den Mallorca-Urlaub – mallorca-urlaub-tipps.de

Grundsätzlich

- Alle Medikamente, die Sie regelmäßig einnehmen müssen
- Ausreichende Menge plus kleine Reserve (z. B. bei Flugausfall)
- Im Handgepäck mitführen – Bestimmungen der Sicherheitskontrolle beachten
- Kopie des Rezepts bzw. ärztliches Attest für verschreibungspflichtige Medikamente
- Europäische Krankenversicherungskarte (EHIC) und Nachweis der Auslandskrankenversicherung

Für Erwachsene

- Kopfschmerzmittel bzw. -tabletten
- Creme für Lippenherpes oder entsprechende Pflaster
- Verhütungsmittel
- Antihistaminikum (z. B. bei Insektenstich-Reaktionen oder Sonnenallergie)
- Traubenzucker gegen Kreislaufschwäche bei Hitze

Für Erwachsene und Kinder

- Pflaster in verschiedenen Größen + Desinfektionsspray
- Mittel gegen Durchfallerkrankungen
- Salbe gegen Sonnenbrand (hilft oft auch bei Mückenstichen)
- Augentropfen (z. B. gegen Sandkörner/Wind am Strand)
- Kleiner Wundspray
- Fieberthermometer
- Zeckenzange (praktisch bei Ausflügen und Wanderungen)
- Einweg-Handschuhe und Sicherheitsnadeln für die Wundversorgung

Für Kinder

- Fiebersaft bzw. Fieberzäpfchen
- Nasenspray gegen Ohrenschmerzen im Flugzeug

Tipp: Verschreibungspflichtige Medikamente am besten mit Rezeptkopie oder ärztlichem Attest (auf Englisch) im Handgepäck mitführen.