

# Perfekte Planung für unbeschwerte Urlaubstage

## MEINE REISE-CHECKLISTE

- Mittel gegen akuten Reisedurchfall,  
z. B. **Imodium® akut 2 mg Schmelztabletten**
- Elektrolytpräparat zur Rehydrierung
- Mittel gegen Verstopfung
- Präparat gegen Übelkeit und Erbrechen
- Desinfektionsmittel
- Wund- und Heilsalbe
- Pflaster und Verbandsmaterial
- Schmerzmittel
- Halsschmerztabletten
- Nasenspray
- Insektenschutzmittel
- Mittel gegen Allergien
- Sonnenschutz und Aftersun-Produkt
- Creme gegen Hautpilze
- Verhütungsmittel
- Frauen-Hygieneartikel
- Persönliche Medikamente  
(verschreibungspflichtig)
- Zubehör: Schere, Pinzette,  
Fieberthermometer

