

Denken Sie an	Auf der Reise dabei	✓
Magen/ Darm		✓
Sodbrennen	_____	_____
Durchfall	_____	_____
Verstopfungen	_____	_____
Blähungen	_____	_____
Völlegefühl	_____	_____
Erkältung		
Schmerz / Fieber	_____	_____
Schnupfen	_____	_____
Husten	_____	_____
Halsschmerzen	_____	_____
Allergie		
Heuschnupfen	_____	_____
Hausstaub/- Tier	_____	_____
Augen / Nase	_____	_____
Insektenstiche		
Schutz/ Abwehr	_____	_____
Behandlung	_____	_____
- einnehmen	_____	_____
- auftragen	_____	_____

Denken Sie an	Auf der Reise dabei	✓
Reisekrankheit (Kinetose)		✓
Venen	- einnehmen - auftragen - vorbeugend - Strümpfe	_____ _____ _____ _____
Wunden / Verletzungen	Desinfektion Wund- Salbe - Auflagen - Pflaster - Binden	_____ _____ _____ _____ _____
Haut	Pflege Sonnenschutz Sonnenbrand Lippen-Schutz -Pflege -Herpes	_____ _____ _____ _____ _____ _____
Füße	Fußpilz Blasenpflaster Pflege	_____ _____ _____

Denken Sie an	Auf der Reise dabei	✓
Gelenke/ Muskulatur		✓
Schmerzen	_____	_____
Verspannung	_____	_____
Prellungen	_____	_____
Wärme /Kälte	_____	_____
Sonstiges von A-Z		
Antibiotika (rezeptpflichtig)	_____	_____
Augenbeschwerden	_____	_____
Genital -/Vaginalpilz	_____	_____
Hämorrhoiden	_____	_____
Herzschutz/ -Stärkung	_____	_____
Inkontinenz	_____	_____
Kreislaufschwäche	_____	_____
Nikotinersatzpräparate (für Flug/ Bus/ Auto)	_____	_____
Ohrbeschwerden	_____	_____
Schlafstörungen	_____	_____
Schuppen	_____	_____
Wasserentkeimungstabl.	_____	_____
Zahnschmerz	_____	_____
Dauermedikation (was nehmen Sie regelmäßig ein?)		
- Erwachsene?	_____	_____
- Kinder?	_____	_____
Teststreifen Asthma Spray	_____	_____

Denken Sie an	Auf der Reise dabei	✓
Nützliche " Helfer"		✓
Impfungen		
Messgeräte:	- Blutdruck - Blutzucker - Fieber	_____ _____ _____
Elastische Binden		
Ohropax		
Splitterpinzette		
Schere		
Zeckenzange		
Impfpässe		
Blutgruppennachweis		
Sonstige medizinische Pässe		
Krankenversicherungsnachweise		
Verzeichnis von Ärzten		
Kondome		
Tierarzneimittel		
Unsere besten Wünsche für Ihren Urlaub Ihre		

