

Reiseapotheke

Was Sie zur Vorbeugung in eine Reiseapotheke einpacken sollten, unabhängig davon wo hin Sie reisen.

1. Ein Mittel zur Wunddesinfektion.
2. Verbandmaterial zur Versorgung von Wunden (Pflaster, Mullbinden, sterile Wundkompressen, Klebeband, Schere, Pinzette und Dreieckstuch).
3. Ein Fieberthermometer (nicht aus Glas), insbesondere in Ländern mit Malaria-Gefahr.
4. Ein Schmerz- und Fiebertmittel zur Behandlung von Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Fieber und Gliederschmerzen. Am besten sind Paracetamol Kautabletten geeignet, weil Du die auch ohne Wasser im Notfall einnehmen kannst.
5. Deine individuellen Medikamente, die Du regelmäßig einnehmen musst.
6. Ein Arzneimittel gegen Durchfall und Übelkeit.

Natürlich sollten Sie die Reiseapotheke so erweitern, dass sie möglichst alle wichtigen Medikamente griffbereit haben, die für sie wichtig sind. Sie leiden oft an Verstopfung oder sind sehr anfällig für Schnupfen. Dann vergessen sie nicht, auch ein Medikament gegen diese Beschwerden einzupacken.

Reise in die Türkei sollte Sie außerdem beachten

Für die Einreise in die Türkei gibt es keine speziellen Impfvorschriften. Dennoch sollte man vor dem Reisebeginn sicherheitshalber überprüfen, ob aktuell noch ein Impfschutz gegen Tetanus, Diphtherie und Hepatitis A besteht. Achten sie beim Aufenthalt in der Türkei darauf, kein Leitungswasser direkt aus dem Wasserhahn zu trinken.

Dies kann im schlimmsten Fall zu Durchfall führen, das das Wasser enthält viele Bakterien. Selbst zum Zähneputzen sollten sie eine Wasserflasche kaufen, wenn keine auf dem Zimmer vorhanden ist. Auch bei streunenden Hunden und Katzen sollten sie vorsichtig sein, denn in der Türkei besteht eine erhöhte Tollwut Gefahr.