



DR. MED. CLAUS BODE  
KINDERARZT  
ALLERGOLOGE  
JUGENDSPRECHSTUNDE

STERNSTRASSE 74  
40479 DÜSSELDORF  
TEL.: 0211 - 49 04 36

## Reiseapotheke

Der Urlaub ist endlich da, doch wie sollte eigentlich eine Reiseapotheke für die Kinder aussehen?

Was sollte vorher noch geklärt werden?

### Vor dem Urlaub klären:

Lassen Sie rechtzeitig den Impfpass der Kinder und auch der Eltern kontrollieren.

Für manche Länder sind spezielle Impfungen erforderlich. Diese sollten rechtzeitig begonnen werden (1–2 Monate vor Reiseantritt).

Wir beraten Sie gerne und führen Reiseimpfungen (Kinder und Erwachsene) durch.

Auslandskrankenschein bei Ihrer Krankenkasse, für manche Länder ist eine private Auslandskrankenversicherung sinnvoll

### Vor dem Urlaub besorgen:

**Pflaster und Verbandsmaterial**, desinfizierende Salbe für Verletzungen (z.B. PVP-Salbe, Nebacetin-Salbe). Verletzungen heilen in warmem Klima schlechter und infizieren sich gerne!

**Elektrolytlösung** (z.B. Oralpädon) für Durchfall/Erbrechen. Regel für Tropenreisen: esse nur das, was du schälen oder kochen kannst.

**Sonnenschutz:** Der beste Sonnenschutz ist Schatten und Kleidung (auch Kopfbedeckung), Sonnencremes helfen dann, wenn direkte Sonne nicht vermeidbar ist (Lichtschutzfaktor 30 und mehr, wasserfest, wenn möglich ohne chemische Lichtschutzfaktoren, vor dem Urlaub auf Hautverträglichkeit testen). Denken Sie daran: Sonnenbrand auf Kinderhaut ist der beste Weg zum Hautkrebs!

**Je nach Reiseziel Mückenschutz:** Moskitonetz, lange Kleidung abends, evtl. Lotions (z.B. Autan), Fenistil-Gel bei Juckreiz. Auch hier gilt: besser vermeiden als leiden. Vorsicht: chemische Mückenmittel können schädlich sein (z.B. Sprays/Mückenspiralen, auch Steckdosenmittel verträgt nicht jeder)

**Fiebermittel** (für warme Gebiete eher Saft / Tabletten als Zäpfchen, da diese schmelzen)

**Ein wichtiger Hinweis:** Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen bis auf wenige Ausnahmen keine Reisemedikamente, reisemedizinische Beratung oder Reiseimpfungen.

Wir informieren Sie gerne über den aktuellen Stand.