

# Schönen Urlaub!

## Mit Sicherheit. Mit Ihrer Reiseapotheke.

Damit Sie Ihren Urlaub mit Sicherheit genießen können, haben wir Ihnen im Vorfeld ein Stück der Vorbereitungsarbeit abgenommen. In der Liste unten finden Sie - nach Themen geordnet - was alles in eine wirkungsvolle Reiseapotheke hineingehört und was auf keinen Fall im Urlaub fehlen sollte.



### Apotheke zum Eichkogel

Veltlinerstraße 4-6 | 2353 Guntramsdorf  
bestellung@eichkogelapotheke.at  
www.eichkogelapotheke.at



## **Erbrechen | Übelkeit | Durchfall**

Gerade in Regionen mit niedrigeren hygienischen Standards kann es durch verunreinigtes Wasser (z.B. über Salate, Speiseeis, Eiswürfel aus Leitungswasser, etc.) zu Problemen wie Durchfall kommen.

## **Reisekrankheit**

Nicht nur die An- und Abreise vom und zum Urlaubsort macht einem zu schaffen. Auch Ausflugsfahrten mit Bus oder Schiff können Reiseübelkeit hervorrufen.

## **Wundversorgung (inkl. Verbandstoffe)**

Zumindest Wunddesinfektionsspray, Wundsalbe und Pflaster sollten in Ihrer Reiseapotheke nicht fehlen.

## **Fieber | Schmerzen**

Wer kennt das nicht: krank - ausgerechnet im Urlaub. Da ist es ein gutes Gefühl, selbst rasch etwas gegen Fieber und Schmerzen tun zu können.

## **Allergie**

Egal ob Allergietabletten oder Notfall-Set bei einer akuten allergischen Reaktion: Beides sollte - sogar unbedingt im Handgepäck - seinen Platz finden.

## **Schnupfen | Husten | Halsweh**

Ein Arztbesuch ist im Urlaubsland oft mit erheblichen Anstrengungen verbunden. Da ist es gut, wenn man kleine Erkältungen selbst behandeln kann. Nasenspray, Lutschtabletten gegen Halsweh und Hustensaft bilden dafür eine gute Basis.

## **Augentropfen**

Trockene oder tränende Augen zählen zu den häufigsten Urlaubsbeschwerden. Ein anderes Klima im Urlaubsland, salzige Meeresluft oder trockene Kabinenluft im Flugzeug können die Augen vor eine Herausforderung stellen.

## **Sonnen- & Kälteschutz**

Die Haut ist gerade bei einem Badeurlaub durch Meerwasser und durch Sonneneinstrahlung besonderen Belastungen ausgesetzt. Aber auch im Skiurlaub muss die Haut oft eisige Kälte und Schneefall wegstecken. Ein entsprechender Schutz in Form von Sonnen- oder Kälteschutzcremen ist hier unbedingt notwendig. Besonders zu beachten ist hier ein ausreichender UV-Schutz.

## **Insektenschutz**

Egal ob als Insektenabwehrspray im Vorhinein, oder ob ein bereits geschehener Stich behandelt werden soll - wir haben ein breites Angebot für Sie in unserer Apotheke.

## **Prellungen | Verstauchungen**

Sportgels, Traumasalben und elastische Binden lassen kleine Verletzungen im Urlaub rasch abklingen. So kann man den Urlaub weiterhin unbeschwert genießen.

## **Nahrungsergänzungsmittel**

Sollten Sie regelmäßig neben Medikamenten auch Nahrungsergänzungsmittel einnehmen, sollten Sie darauf im Urlaub nicht verzichten.