



## ADAC-Info: Die perfekte Reiseapotheke

ADAC-Info: Die perfekte Reiseapotheke  
Welche Medikamente dürfen im Urlaub nicht fehlen? Das hängt zum einen davon ab, in welches Land man reist, zum anderen von den individuellen Bedürfnissen. Der ADAC informiert, was in keiner Reiseapotheke fehlen darf: Regelmäßig einzunehmende Medikamente - Schmerzmittel (für Schmerzen aller Art) - Insektenschutzmittel - Fieberthermometer - Durchfall- und Verstopfungsmittel - Nasentropfen/ -Spray - Hustenmittel - Pflaster - Mullbinden/ Kompressen - Wunddesinfektionsspray - Salbe gegen Verstauchungen/Prellungen - Sonnenschutz und Mittel gegen Sonnenbrand - Metallschere (darf bei Flugreisen nicht ins Handgepäck)  
Wer per Flugzeug verreist, sollte seine Medikamente auf Hand- und Reisegepäck aufteilen. So steht man im Falle des Verlustes eines Gepäckstückes nicht komplett ohne Medikamente da. Für Autoreisende gilt, die Medikamente nicht in Handschuhfächern, auf Armaturenbrettern oder Hutablagen zu transportieren, da es dort sehr heiß wird.  
Vor allem bei heiklen Medikamenten, wie starken Schmerz- und Beruhigungsmitteln oder Spritzen sollte geklärt werden, ob sie in das Urlaubsland eingeführt werden dürfen. Der ADAC empfiehlt, sich vorab vom behandelnden Hausarzt ein Attest in englischer Sprache ausstellen zu lassen. Darin steht, wieso und in welcher Dosierung das Mittel eingenommen werden muss. Wer sich trotzdem unsicher ist, kann sich vor dem Urlaub bei der Botschaft des jeweiligen Landes informieren, ob es für seine Medikamente besondere Bestimmungen gibt.  
Für Diabetiker ist es ratsam, sich vorab über die Qualität der medizinischen Versorgung in der Urlaubsregion zu informieren. Medikamente sollten unbedingt in doppelter Menge eingepackt werden. Ein internationaler Diabetikerausweis gehört ebenfalls ins Reisegepäck. Er ist in verschiedenen Sprachen verfügbar und gibt zum Beispiel an, mit welchen Medikamenten man behandelt wird.  
Bei Reisen ins außereuropäische Ausland empfiehlt der ADAC, sich bereits einige Monate vorab bei einem Arzt zu informieren, ob dort ein ständiges oder aktuelles Risiko für bestimmte Krankheiten besteht. Er stockt die Reiseapotheke entsprechend auf und weiß, welche Impfungen vorgeschrieben oder empfohlen sind.  
Allgemeiner Deutscher Automobil Club (ADAC)  
Hansastraße 19  
81373 München  
Deutschland  
Telefon: (089) 7676-0  
Telefax: (089) 7676-2500  
Mail: [redaktion@adac.de](mailto:redaktion@adac.de)  
URL: <http://www.adac.de>

## Pressekontakt

Allgemeiner Deutscher Automobil Club (ADAC)

81373 München

[adac.de](http://adac.de)  
[redaktion@adac.de](mailto:redaktion@adac.de)

## Firmenkontakt

Allgemeiner Deutscher Automobil Club (ADAC)

81373 München

[adac.de](http://adac.de)  
[redaktion@adac.de](mailto:redaktion@adac.de)

Der ADAC ist mit derzeit über 18 Millionen Mitgliedern der größte Automobilclub in Europa und der zweitgrößte in der Welt. Die vier Buchstaben stehen für einen Verein, der seinen Mitgliedern rund um die Uhr Hilfe, Schutz und Rat bietet und sich als Interessenvertreter der Autofahrer für alle Themen rund um die Mobilität stark macht. Er engagiert sich besonders auf den Gebieten Straßenverkehr, Verbraucherschutz, Verkehrssicherheit und Verkehrserziehung.