

Pressemappe: Agrar-PR

20.06.2023 | 11:24:00 | ID: 36650 | Ressort: [Verbraucher](#) | [Gesundheit](#)

## **ADAC Ambulanz-Service: Mit der perfekten Reise-Apotheke sorgenfrei in den Sommerurlaub**

*(agrar-PR) - Medikamente zur regelmässigen Einnahme nicht vergessen / Corona: Weiter an Masken (FFP2), Handdesinfektion und Schnelltests denken*

Urlaubsreisen werden in diesem Jahr wieder im vor der Pandemie gewohnten Umfang stattfinden. Auf eine Reiseapotheke inklusive Covid-Schutz sollte dennoch – auch bei Ferien in Deutschland – nicht verzichtet werden, empfiehlt der ADAC Ambulanz-Service. Das gilt besonders für Personen, die regelmäßig Medikamente einnehmen müssen oder besonders schutzbedürftig sind.

Manche Arzneimittel sind ggf. nur schwer erhältlich oder man muss auf die Lieferung länger warten als normal. Zudem sollte die Vorlaufzeit für einen Arzt-Termin eingeplant werden, um ein Rezept zu erhalten. Der ADAC Ambulanz-Service rät außerdem zu einem ausreichend bemessenen Medikamenten-Vorrat. Dieser sollte vor allem bei längeren Reisen 50 Prozent über der normalerweise benötigten Menge liegen.

Grundausrüstung für eine optimale Reiseapotheke

Verletzungen: Einmalhandschuhe, Heftpflaster, sterile Kompressen, elastische Binden, Wundpflaster, Wunddesinfektionsspray (ohne Jod), Pinzette und Schere aus Metall (bei Flugreisen nicht ins Handgepäck!), kleine Taschenlampe mit Ersatzbatterien

Schmerzen: Ibuprofen, Paracetamol

Insektenstiche, Zeckenstiche: Insektenschutzmittel, Salbe gegen Juckreiz

Infektionen: Fieberthermometer

Reisekrankheit: Dimenhydrinat, Domperidon, Akupressurbändchen

Durchfall: Loperamid, Saccharomyces-Präparate, ORS-Elektrolytpulver

Erkältungskrankheiten, Schnupfen: Abschwellende Nasentropfen (Oxy- oder Xylometazolin), Mittel gegen Husten

Verstopfung: Lactulose-, Bisacodylpräparate

Bei den genannten Medikamenten handelt es sich um Vorschläge (es sind die Wirkstoffnamen angegeben, nicht die Markennamen). Steril verpackte Reiseapotheken sind auch in Apotheken erhältlich.

Dazu müssen auch ausreichend Alltagsmasken zum Schutz vor Corona-Infektionen (am besten FFP2), Seife und idealerweise Handdesinfektionsmittel für „Zwischendrin“ eingeplant werden. Ideal ist es, außer den Einweg-Masken auch Corona-Schnelltests in ausreichender Menge einzupacken.

Diabetiker tragen die zusätzliche Verantwortung, sich vorab über die Möglichkeiten der medizinischen Versorgung in der Urlaubsregion zu informieren. Medikamente sollten unbedingt in doppelter Menge eingepackt werden. Ein Diabetikerausweis gehört ebenfalls ins Reisegepäck. Er gibt zum Beispiel an, mit welchen Medikamenten die Behandlung erfolgt.

Prinzipiell sollten die Medikamente wasserdicht und möglichst temperaturgeschützt transportiert werden. Da einige Medikamente im Kühlschrank gelagert werden müssen, ist es ratsam, am Abend vor Reisebeginn Klebezettel an Haustür und Kühlschrank anzubringen, damit sie in der Hektik nicht vergessen werden. Ebenfalls sinnvoll ist es, den Beipackzettel der Medikamente dabei zu haben.

Für weitere Auskünfte, z.B. besondere Empfehlungen für Kinder, Bergsportler und Taucher, steht den ADAC Auslandskrankenschutz-Versicherten sowie ADAC Plus- und Premium-Mitgliedern auch der Reisemedizinische Informationsdienst unter der Telefonnummer 089 76 76 77 zur Verfügung.

ADAC Premium-Mitglieder verfügen außerdem über die Möglichkeit einer Behandlung am Aufenthaltsort per Video und Telefon mit der ADAC Medical App (für iOS und Android).

Produktangebote

Der ADAC Auslandskrankenschutz übernimmt weltweit im Ausland bei akuter, unerwarteter Erkrankung oder Verletzung die Kosten für medizinisch notwendige Behandlungen oder Krankenhausaufenthalte bis zum Krankenrücktransport. Der Versicherungsschutz gilt das ganze Jahr für die ersten 63 Tage jeder Auslandsreise. Telefonisch, in allen ADAC Geschäftsstellen und online abschließbar.

Ansprechpartner:  
Thomas Biersack

E-Mail: [thomas.biersack@adac.de](mailto:thomas.biersack@adac.de)  
Telefon: 089 7676 2977  
Fax: 089 7676 2156



[Agrar-PR](#)

Postfach 131003 70068 Stuttgart Deutschland

Telefon: +49 0711 63379810

E-Mail: [redaktion@agrar-presseportal.de](mailto:redaktion@agrar-presseportal.de) Web: [www.agrar-presseportal.de](http://www.agrar-presseportal.de) >>> [Pressefach](#)