

CHECKLIST REISAPOTHEEK

Maag

- ☐ Middel tegen reisziekte
- ☐ Middel tegen misselijkheid & braken
- ☐ Middel tegen maagzuur

Darmen

- ☐ Middel tegen diarree
- ☐ Middel tegen buikkrampen
- ☐ Middel voor rehydratatie
- ☐ Middel tegen constipatie

Ogen

- ☐ Verzachtende/hydraterende of ontsmettende oogdruppels
- ☐ Fysiologisch water
- ☐ Lensverzorging

Insecten

- ☐ Insectenwerend middel en/of muskietennet
- ☐ Middel tegen allergie/jeuk
- ☐ Zalf tegen insectenbeten
- ☐ Tekentang

Neus, hoofd, keel

- ☐ Middel tegen verkoudheid
- ☐ Middel tegen keelpijn
- ☐ Middel tegen hoest

Zon

- ☐ Zonnecrème
- ☐ Aftersun
- ☐ Lippenbalsem met uv bescherming
- ☐ Zalf tegen brandwonden

Bij tropische of andere exotische bestemmingen

- ☐ Antibiotica
- ☐ Geneesmiddelen tegen malaria
- ☐ Steriele spuiten en naalden
- ☐ Geneesmiddel tegen hoogte-ziekte
- ☐ Middel om water drinkbaar te maken

EHBO

- ☐ Ontsmettingsmiddel
- ☐ Crème tegen verstuikingen en blauwe plekken
- ☐ Schaar
- ☐ Pincet
- ☐ Pleisters
- ☐ Steriele kompressen
- ☐ Verbanden

Varia

- ☐ Voorbehoedsmiddelen
- ☐ Oordopjes (op het vliegtuig en/ of om te slapen)
- ☐ Persoonlijke geneesmiddelen
- ☐ Koortsthermometer
- ☐ Handontsmetting
- ☐ Steunkousen