



# checklist reisapotheek

## ik ga op reis en neem mee ...

### checklist voor de exotische bestemmingen

- malariatabletten (op voorschrift)
- insectenwerende middelen
- een met insecticide behandeld muskietennet
- middelen om water te ontsmetten
- spuiten en naalden (meertalig doktersattest)
- antibiotica (op voorschrift)



Check op voorhand en op tijd de nodige vaccinaties!

**Heb je alles in huis? Wacht niet tot het allerlaatste moment om je reisapotheek samen te stellen. Kom tijdig langs bij je apotheker zodat je goed voorbereid kan vertrekken.**

Lees ook ons volledig dossier over de reisapotheek op [www.goed.be/reisapotheek](http://www.goed.be/reisapotheek).

**goed**  
thuiszorgwinkel  
hoorcentrum  
apotheek

## checklist zeker meenemen

- persoonlijke medicatie (zorg dat je voldoende bij hebt voor de duur van de reis en bewaar deze niet in de bagageruimte van een vliegtuig, wel in je handbagage)
- medisch paspoort (vraag deze aan je apotheker)
- middel tegen pijn en koorts
- mondkmaskers en handgel
- ontsmettingsmiddel
- middel tegen diarree
- middel tegen misselijkheid en braken
- middel tegen reisziekte
- jeukstillende crème of zalf om insectenbeten te verzachten
- insectenwerend middel
- zalf tegen brandwonden
- wond- en blaarpleisters
- antiblarenstick
- steriele gaaskompressen
- rolletje hechtpleisters
- zonneproducten met hoge beschermingsfactor
- aftersun
- koortsthermometer
- verbandschaar
- condooms



## checklist aangeraden om mee te nemen

- middel tegen maagzuur
- hydraterende of ontsmettende oogdruppels
- middel tegen verstopping
- neusspray of -druppels
- middel tegen uitdroging
- lippen crème met zonnefilter
- steristrips
- stevige windel
- verbandschaar en tekentang
- splinterpincet
- huidverzorgingsproducten om je huid te hydrateren
- reservebril
- contactlenzen en -producten

### tip voor extra reiscomfort

- ondersteunend nekussen
- ergonomisch reiskussen
- drukregulerende vliegdoppen
- reiskousen tegen gezwollen benen en trombosevorming

