



Checklist REISAPOTHEEK

De samenstelling van je reisapothek hangt af van verschillende factoren : de bestemming (tropenreis of dichterbij huis) , familiale toestand (met of zonder kinderen) , soort vakantie (luilekker zonnen of actief)

Een stevige doos is belangrijk om al je medicijnen snel bij de hand te hebben. Leg ze niet te warm.

Ga je naar een tropische bestemming , denk dan aan vaccinaties en extra medicatie , raadpleeg dan steeds eerst je huisarts of ga langs bij het tropisch instituut : www.itg.be

- **Persoonlijke geneesmiddelen in voldoende voorraad .**
- **Ontsmettingsmiddel , pleisters en windel .**
- **Pijnstillend en koortswerend middel .**
- **Middel tegen diarree (voor baby's rehydratie poeder) .**
- **Middel tegen reisziekte .**
- **Middel tegen misselijkheid en slechte vertering .**
- **Middel tegen constipatie .**
- **Middel tegen allergie .**
- **Neusspray .**
- **Product : preventief en curatief tegen insectenbeten .**
- **Zonnecrème met hoge beschermingsfactor en after-sun .**
- **Zalf tegen kneuzingen en blauwe plekken .**
- **Crème tegen koortslip.**
- **Koortsthermometer .**
- **Veiligheidsspelden , pincet en schaar .**
- **Ontsmettingsmiddel om water drinkbaar te maken .**
- **Steriele spuit en naald .**
- **Antimalaria tabletten .**
- **Condoms tegen SOA .**