

Reisen mit Kindern

Kinder sind für gesundheitliche Störungen im Urlaub anfälliger als Erwachsene. Mit entsprechenden Vorkehrungen lässt sich das Risiko jedoch klein halten bzw. kann man schnell selbst abhelfen.

Impfcheck (am besten bereits vor Buchung)

Eventuelle grundlegende Gesundheitsrisiken mit Arzt besprechen
 Impfschutz ggf. möglichst frühzeitig komplettieren bzw. auffrischen:

- Grundschatz auch für zu Hause: Tetanus, Diphtherie, Kinderlähmung, Keuchhusten + alle von der Ständigen Impfkommission (STIKO) empfohlenen Impfungen für Kinder
- Reiseimpfungen zusätzlich je nach Reiseland, -zeit und -art sind meist auch bei Last-minute-Reise noch möglich (Allgemeine Informationen unter www.ibera-online.de)

Wichtige medizinische Dokumente mitnehmen

- Krankenkassen-Chipkarte, ggf. spezielle fürs Ausland, Police private Auslandskrankenversicherung
- Impfpass

Medikamente mitnehmen

Grundsätzlich wichtig für Kinder sind Mittel gegen Fieber, Durchfall und Reiseübelkeit sowie auch ausreichender Sonnenschutz und ein juckreizstillendes Gel.

Reiseapotheke für Kinder s. umseitige Checkliste:

- Individuell in der Apotheke zusammenstellen lassen
- Handelspräparate sowie Verwendbarkeitsdatum in jeweilige Spalte eintragen lassen
- Vor jeder Reise überprüfen, ob Zusammenstellung den aktuellen Erfordernissen entspricht und ob Mittel noch brauchbar sind
- Dauermedikamente + $\frac{1}{3}$ als Reserve, bei Flugreise mehrere Dosen ins Handgepäck

Im Notfall für Arzt/Apotheke vor Ort mitnehmen

- Auflistung der Dauermedikamente mit Angabe der ärztlichen Diagnose, Gebrauchsinformationen
- Kopie des letzten Arztberichtes bei chronischen Erkrankungen
- SOS-Telefonnummern von zu Hause für eventuelle Rückfragen

Bereich	Name	Adresse	Tel.-Nr.
Kinderarzt			
Hausarzt			
Facharzt			
Klinik			
Apotheke			

Checkliste Reiseapotheke für Kinder

Ggf. Dauermedikamente

Fieberthermometer, Verbandmaterial, elastische Binde, Pflaster, Schere, Pinzette

Bereich	Beschwerde	Name Handelspräparat	Verwendbar bis	
Schmerzen/Fieber	Fieber Schmerzen			
Schlaf	Einschlafprobleme			
Auge	Bindehautentzündung			
Ohr	Schmerzen äußerer Bereich			
	Schmerzen Innen- bzw. Mittelohr			
	Schmerzen druckbedingt beim Fliegen			
Atemwege	Halschmerzen			
	Husten			
	Heiserkeit			
	Schnupfen			
Magen/Darm	Durchfallprophylaxe			
	Durchfalltherapie			
	Erbrechen			
	Blähungen			
	Verstopfung			
	Übelkeit/Reiseübelkeit			
Haut	Verletzungen, Wunden			
	Insektenstiche, Zeckenstiche Prophylaxe			
	Insektenstiche Therapie			
	Sonnenbrand	Schutz Therapie		
	Allergie, Juckreiz			

Die vorgeschlagene Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit!

© DGK