



Checkliste: Was gehört in die Reiseapotheke für Kinder?

Wer mit der ganzen Familie in den Urlaub fährt, muss auch an die Reiseapotheke für Kinder denken. Gerade Babys und Kleinkinder haben auf Reisen eigene Bedürfnisse und brauchen im Zweifel eine andere medizinische Versorgung als Erwachsene. Was sollte alles



auf der Liste der Reiseapotheke für Kinder stehen? Was ist beim Packen der Babyapotheke wichtig? Wir haben alle Antworten und die wichtigsten Infos.

Warum brauchen Sie eine Reiseapotheke für Kinder?

Grundsätzlich macht es Sinn, für alle Mitreisenden – inklusive Ihrer Kinder – eine passende Reiseapotheke im Gepäck zu haben. Zum einen, um Medikamente, die Sie und Ihre Kinder regelmäßig einnehmen müssen, immer zur Hand zu haben. Zum anderen, um im Krankheitsfall schnell handeln zu können. Das ist sinnvoll, weil es **Sprachbarrieren** im Urlaubsland oft schwerer machen, an passende Medikamente zu kommen. Hinzu kommt, dass es im Reiseland **länger dauern kann, einen passenden Arzt ausfindig zu machen**. Zu guter Letzt gibt es **nicht immer dieselben Medikamente**, die Sie von zu Hause kennen. Auch **die Qualität der Präparate kann schwanken**. Umso besser also, wenn Sie eine Reiseapotheke für Kinder dabei haben. So sind Sie für (fast) alles gewappnet.



Was sollten Sie beim Reisen mit Kindern beachten?

Wichtig: Auch wenn es viele Überschneidungen mit der Reiseapotheke für Erwachsene gibt – die Reiseapotheke für Kinder sollte separat zusammengestellt werden. Bevor wir mit der allgemeinen Checkliste für eine kindgerechte Reiseapotheke starten, ein paar Hinweise:

- Achten Sie auf die **Altersempfehlung** auf den Medikamenten. Gerade Kinder zwischen 2 und 3 Jahren benötigen meist eine viel niedrigere Dosierung als ältere Kinder und natürlich Erwachsene. Oft gibt es eigene Präparate, die auf die Bedürfnisse von Kindern oder Babys zugeschnitten sind.
- Denken Sie an die **individuellen gesundheitlichen Bedürfnisse** Ihres Kindes. Gibt es Allergien, Anfälligkeiten oder chronische Krankheiten, die Sie beim Packen der Reiseapotheke im Blick haben sollten? Nehmen Sie von Dauermedikamenten ruhig etwas mehr mit als sie eigentlich brauchen. Lassen Sie sich im Zweifel **von Ihrem Kinderarzt beraten**. Dieser kann Ihnen passgenaue Empfehlungen für Ihr Kind geben. Bei der Gelegenheit können Sie sich gleich über geeignete Ersatzmedikamente empfehlen – falls es im Urlaubsort nicht dieselben Mittel gibt wie zu Hause.
- Auch die Reiseapotheke für Kinder sollte **an die Reisedauer und das Reiseland angepasst werden**. Sind Sie z. B. länger unterwegs und dazu noch in einer Region, in der ärztliche Versorgung schwerer zugänglich ist, sind die Anforderungen an die Reiseapotheke höher.
- Berücksichtigen Sie auch **spezifische Gesundheitsrisiken vor Ort**: Herrscht am Reiseziel ein erhöhtes Infektionsrisiko für bestimmte



Krankheiten? Eltern von Allergiker*innen sollten sich vorab auch über den Pollenflug am Urlaubsort informieren. Die Urlaubsart ist entscheidend: Urlaub in den Bergen kann andere Verletzungs- oder Erkrankungsrisiken mit sich bringen als ein Wochenende am Meer.

Jetzt die Reisekrankenversicherung von nexible abschließen!

Für Ihren Rundum-Gesundheitsschutz im Urlaub

Beitrag berechnen

Kleine Reiseapotheke für Kinder: Checkliste

Die Reiseapotheke für Kinder – was gehört rein? Welche Basics gehören auf die Liste? Die kleine Reiseapotheke umfasst die medizinische Versorgung für die am häufigsten auftretenden



Erkrankungen und Verletzungen:

- Ausstattung zur Wundversorgung
 - Wunddesinfektionsspray
 - Wund- und Heilsalbe
 - Schere
 - Pinzette (am besten eine Splitterpinzette)
 - Pflaster (inkl. Heftpflaster)
 - Sterile Mullbinden, Kompressen und Verbandszeug
 - Einmalhandschuhe
 - Sicherheitsnadeln
- Desinfektionsmittel
 - ... für Gegenstände
 - ... für die Hände
- Elektronisches Fieberthermometer
- Fiebersenkende Medizin (Zäpfchen, Saft oder Tropfen)
- Sonnenschutz für Kinder (UV-A und UV-B-Schutz von mind. LSF 30)
- Für Kinder geeigneter Insektenschutz
- Zeckenzange (je nach Region)
- Kühlgel, um Insektenstiche und Entzündungen zu beruhigen
- Nasenspray- oder Tropfen für Kinder
- Tabletten/Arzneien bei Durchfall, Verstopfung, Erbrechen und Reiseübelkeit
- Elektrolytmischung
- Hustenstiller
- Augentropfen

Im Notfall, z. B. bei schwereren Krankheiten oder Verletzungen, sollten Sie natürlich auch im Urlaub einen Arzt aufsuchen. Um bestens vorbereitet zu sein, sollte der **Impfpass** Ihres Kindes unbedingt mit ins Gepäck. Überprüfen Sie vor der Abreise, ob alle Impfungen aktuell sind.



Fertige Reiseapotheiken kaufen – ja oder nein?



Eine vorgepackte Reiseapotheke für Kinder bekommen Sie oft auch in der Apotheke. So müssen Sie sich nicht alle Produkte auf der Checkliste einzeln zusammensuchen. Hier ist allerdings nur die Basisausstattung enthalten. Die Reiseapotheke muss also im Zweifel ergänzt werden. Auch wichtig: Ihr Kind nimmt ungern Fiebersaft ein, weshalb Zäpfchen besser geeignet sind? Solche individuellen Vorlieben erfüllt eine fertig gepackte Reiseapotheke für Kinder natürlich nicht immer.

Reiseapotheke für Babys

Sind Sie mit Baby unterwegs, sollte die Reiseapotheke dieselben Beschwerden bzw. Anwendungsbereiche abdecken wie bei der kleinen Reiseapotheke für Kinder. Natürlich gilt es hier noch mal gesondert zu überprüfen, für welches Alter Medikamente geeignet sind oder ob separate Mittel speziell für Säuglinge und Babys für die seapotheke besorgt werden müssen.





Beim Familienurlaub unverzichtbar: Die Reiseapotheke für Kinder

Vorsicht statt Nachsicht: Ergänzungen zur Reiseapotheke für Kinder

Haben Sie die Checkliste der kleinen Reiseapotheken für Kinder abgearbeitet, sind Sie schon mal gut aufgestellt. Was ebenfalls sinnvoll ist, sind Maßnahmen zur Prävention – damit die Reiseapotheke gar nicht erst zum Einsatz kommt:

- Kleidung, die vor Sonne und Insekten schützt – leichte Shirts, Sonnenhut, Kindersonnenbrille etc.



- Während des Urlaubs ausreichend Sonnenpausen machen. Babys und Säuglinge sollten der direkten Sonne gar nicht ausgesetzt werden.
- Moskitonetz für das Kinderbett
- Insbesondere Babys und Kleinkinder können sehr sensibel auf eine neue Umgebung reagieren und Schlafschwierigkeiten bekommen. Packen Sie ein, was Ihrem Kind ein vertrautes Gefühl gibt und beim Ein- und Durchschlafen hilft.

Reisen mit Kindern: Gut zu wissen



Für den Urlaub mit kleinen Kindern und Babys werden Reiseziele mit gemäßigttem Klima empfohlen. Orte, an denen die Temperaturen sehr schwanken sowie Tropengebiete sind für die Kleinsten nicht so gut geeignet.



Die Reiseapotheke für Kinder richtig transportieren und lagern

Egal, ob es um Ihre Reiseapotheke oder die für Ihre Kinder geht: Steht eine Flugreise an, sollten Sie die wichtigsten Medikamente sowohl im Koffer als auch im Handgepäck haben. So sind Sie auf der sicheren Seite, falls mal ein Gepäckstück verloren geht. Diesen Tipp sollten Sie vor allem dann beherzigen, wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen müssen.

Außerdem gilt: Die Reiseapotheke für Kinder und Erwachsene sollte, wenn möglich, unter 25 Grad Celsius aufbewahrt und transportiert werden. Deswegen kann eine kleine Kühltasche sinnvoll sein. Im Hotel oder der Ferienwohnung können Sie Medikamente im Kühlschrank verstauen. Achten Sie darauf, nichts im Auto zu vergessen. Hier kann es ziemlich heiß werden. Gerade Medikamente für Ihre Kinder, wie Zäpfchen, können dann schmelzen. Wenn Sie unsicher sind, finden Sie auf der Verpackung der Medikamente Hinweise zur Lagerung.

Bei der Reise mit Kindern sollten Sie zusätzlich sicherstellen, dass der Inhalt der Reiseapotheke für die Kleinen unzugänglich aufbewahrt wird. Die Reiseapotheke für Kleinkinder und Säuglinge im besten Fall sicher verschlossen.



Reiseapotheke für Kinder immer aktuell halten



Vergessen Sie nicht, das Ablaufdatum Ihrer Medikamente zu überprüfen. Gerade dann, wenn Sie eine vorgepackte Reiseapotheke immer wieder mitnehmen, sollten Sie den Inhalt regelmäßig aktualisieren. Natürlich wird auch Ihr Kind älter – und braucht im kommenden Urlaub deswegen vielleicht andere Medikamente als noch im letzten.

Die Reiseapotheke für die Kinder ist gepackt und der Urlaub kann losgehen? Vergessen Sie die passende Reiseversicherung nicht. Schnüren Sie sich jetzt Ihr individuelles Versicherungspaket von nexible* – inklusive Corona-Zusatzschutz.

*Die nexible Reiseversicherung ist ein Produkt des Risikoträgers ERGO Reiseversicherung AG

Foto-Credits: iStock.com/ AleksandarNakic

Related Posts:

1. Krank im Urlaub: Was tun?
2. Reiseapotheke-Checkliste: Die Liste mit den wichtigsten Medikamenten für Erwachsene



Service

Schaden

Mein Konto

Hilfe

Kontakt

Über Uns

Unternehmen

Blog

Jobs

Rechtliches

Erstinformation

Impressum

Datenschutz



Folgen Sie uns

© 2022 nexible GmbH

