

# Checkliste Reiseapotheke

## Basismedikamente

- Persönliche Medikamente
- Malaria-Prophylaxe, gemäss aktueller Empfehlungen (Tropenarzt)
- Reiseübelkeit/Seekrankheit
- Sodbrennen
- Durchfall, Verstopfung
- Allergien, Vernesselungen, Insektenstiche
- Sonnenbrand
- Wund-Schmerz-Salbe
- Schmerzmittel (Gel, Tabletten)
- Fieber, Erkältung
- Halsschmerzen
- Ohrentropfen
- Augentropfen (Allergien, Entzündungen)
- Nasenspray
- Antibiotikum mit breitem Wirkungsspektrum (Abgabe und Beratung durch Arzt)

## Medizinisch wichtige Produkte

- Sonnenschutz
- Lippenschutz
- Mückenschutz
- Insektizid für Moskitonetz, Kleider, Räume
- Moskitonetz mit Befestigungs-Set
- Pilzkrankungen
- Desinfektionsmittel
- Wundverschluss-Set
- Verbandmaterial
- Fieber-Thermometer
- Pinzette
- Kleine Schere

## Quelle: [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)

Die Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und sollte mit einem Arzt an die persönlichen Bedürfnisse und an das Reiseziel angepasst werden.

# Checkliste Tauchausrüstung

- Tauchtauglichkeitszeugnis
- Brevets
- Logbuch
- Anzug
- Jacket mit Inflator
- Atemregler
- Alternative Luftversorgung (Oktopus/Air II)
- Finimeter
- INT/DIN-Adapter
- Maske
- Ersatzmaske
- Schnorchel
- Flossen
- Tauchcomputer
- Tauchtabelle
- Bleigurt/Bleitaschen
- Kompass
- Füsslinge
- Handschuhe
- Lampe mit Ladegerät
- Lange Signalboje mit lichtreflektierendem Material
- Signalblinker
- Signalpfeife
- Ersatzteile-Set und Werkzeug (Beratung durch Fachhändler)
- 1 Flossen- und Maskenband, in der Tarierweste verstaut
- Klappmesser

Quelle: [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)