

Krankheit auf Reisen

Sparen Sie nicht an der Reiseapotheke, im Krankheitsfall sind die Kosten auch für den verlorenen Urlaub größer!

- Die häufigste Reiseerkrankung ist die Reisediarrhoe (Magen-Darm-Infekt)
- Durchfallmittel und Elektrolyte sollten nicht vergessen werden.
- Bei Malariaverdacht sofort einen Arzt aufsuchen, ggf. Notfallbehandlung (Stand-By-Therapie) sofort beginnen
- Reiseversicherungen abschliessen
- Reiseapotheke zusammenstellen: u.a. Durchfallmittel, Elektrolytlösungen, Sonnencreme, Mückenschutzmittel, Malariaprophylaxe und Stand-By, Augen- und Ohrentropfen, Schmerzmittel, Antibiotika, Verbandmittel
- Dauermedikamente in ausreichender Menge mitnehmen und regelmässig einnehmen (z.B. Bluthochdruck, Diabetes)
- Antibabypille im Zweifelsfall bei Zeitumstellungen oder Durchfall einmal zusätzlich einnehmen (Die maximale Zeit zwischen zwei Pilleneinnahmen soll 36 Stunden nicht überschreiten). Bei Minipillen gelten deutlich kürzere Zeitintervalle
- Sich im Reiseland (ggffs. Botschaft oder Konsulat) oder beim Reiseleiter informieren, wie im Notfall *verlässliche* ärztliche Hilfe erreichbar ist.

Krankheitsstatistik (Schätzungen)

- **40% aller Urlauber** benötigen während oder nach der Reise einen Arzt
- **80% der Betroffenen** litten oder leiden unter einer Reisediarrhoe