



REJSEAPOTEK? TJEK!

Selv på den skønneste rejse kan du blive skidt tilpas eller have et lille uheld. Så du er godt forberedt, bør du altid have et velassorteret rejseapotek med dig. Vi har her lavet en basisliste til, hvad det bør indeholde. Alt efter årstid anbefales forskellige ting, f.eks. mod insektbid og pollenallergi. Tjek evt. de forskellige sundhedsfaglige hjemmesider for, hvad der kunne være relevant at medbringe.

PLASTER & FORBINDING:

- 1 hæfteplaster (5 m x 2,5 cm)
- 1 førstehjælpsbandage (50 cm s 6 cm bred)
- 3 førstehjælpsbandager (10 cm x 6 cm)
- 5 gazebind/kompres (10 cm x 10 cm)
- 1 bandage (stor)
- 3 bandager (mellemstore)
- 3 gazebind (4 m x 6 cm)
- 6 gazebind (4 m x 8 cm)
- 1 bandagesaks
- 1 brandsårsbandage (stor)
- 5 trekantede armslynger (90 x 90 x 127 cm)
- 12 sikkeresnåle
- 1 redningstæppe (160 c 210 cm)

MEDIKAMENTER:

- Smertestillende
- Diarré-middel
- Gele til mindre forbrændinger, f.eks. ved solskoldning
- Midler mod insektstik
- Salver mod hævnning, forstuvning etc.
- Eventuelt allergitabletter

ANDET:

- Solcreme
- Beskyttelse mod insektbid