

## Arzneimittel

- Schmerz- und Fiebermittel
- Medikamente gegen Durchfall
- Medikamente gegen Erkältung, Halsschmerzen, Husten und Schnupfen
- Ohrentropfen (besonders bei Klassenfahrten ans Meer)
- Abschwellendes Nasenspray (erleichtert bei Flugreisen den Druckausgleich)
- Augentropfen gegen trockene Augen
- Medikamente gegen Allergien
- Medikamente gegen Sonnenbrand, Insektenstiche oder Juckreiz
- Medikamente gegen Reiseübelkeit
- Medikamente gegen Verdauungsbeschwerden, z.B. Sodbrennen oder Verstopfung
- Desinfektionsmittel
- Wund- und Heilsalbe
- Medikamente gegen Sportverletzungen / Kühlkompressen
- Digitales Fieberthermometer
- Alle dauerhaft individuell benötigten Medikamente in ausreichender Menge

## Verbandsmaterialien

- Elastische Binden und Mullbinden
- Heftpflaster, Wundschnellverbände und Blasenpflaster
- Sterile Wundkompressen und Brandwunden-Verbandspäckchen
- Sicherheitsnadeln und (Zecken-) Pinzette
- Schere (bei Flugreisen nicht im Handgepäck transportieren)
- Einmalhandschuhe aus Latex oder Vinyl

## Außerdem auf Klassenfahrten hilfreich

- Insektenschutzmittel
- Sonnenschutzmittel und Hautpflege nach dem Sonnenbad
- Ohrstöpsel gegen Lärm

## Kontaktdaten

- Name, Adresse und Telefonnummer eines Familienmitglieds in Deutschland
- Name und Telefonnummer Ihres medizinischen Leistungserbringers in Deutschland
- Adresse und Telefonnummer der Unterkunft am Zielort
- Adresse und Telefonnummer von Krankenhäusern oder Kliniken am Zielort
- Adresse und Telefonnummer der Deutschen Botschaft
- Notrufnummer von Ihrer Krankenkasse