





## Grundausrüstung



### Verbandsmaterial

- Je 1 Mullbinde 4,6 und 8 cm breit
- 1 Päckchen steriler Verbandsmull
- Wundpflaster 
- 1 Rolle Heftpflaster
- Je 1 Elastische Binde 8 und 10 cm breit





### Augen, Ohren und Nase

- Augentropfen gegen Bindehautentzündung 
- Augentropfen gegen trockene Augen
- Ohrentropfen
- Nasentropfen bei Allergie
- Nasentropfen bei trockener Nase

### Magen und Darm

- Mittel gegen Durchfall 
- Elektrolyte
- Mittel gegen Reisekrankheit
- Mittel gegen Übelkeit/Erbrechen
- Mittel gegen Verstopfung 

### Haut


- Wund- und Heilsalbe 
- Salbe gegen Allergien/Insektenstiche (Cortisonsalbe) 
- Salbe gegen Fußpilz 
- Sonnenschutzcreme 
- After Sun-Produkte
- Insektenschutzmittel

## Zusatzausrüstung



### Steriles Material für Notfälle\*

- Je 1-2 Einmalspritzen
- 1-2-Einmalkanülen Nr. 1,12,16
- Steri-Strips zur Wundrandadaptation
- 1 Päckchen Nahtmaterial (Seide mit angeschmolzener Nadel)

### Knochen und Muskeln

- Mittel gegen Hexenschuss 
- Mittel gegen Verspannungen

### Erkältung und Grippe

- Fieberthermometer
- Mittel gegen Husten 
- Mittel gegen Fieber
- Mittel gegen Schnupfen
- Mittel gegen Halsschmerzen 


### Infektionen

- Mittel zur Wunddesinfektion 


### Schmerzmittel

- Mittel gegen Kopfschmerzen
- Mittel gegen Zahnschmerzen





### Knochen und Muskel


- Salbe oder Gel gegen Verstauchungen, Zerrungen und Prellungen 

### Verhütung

- Kondome 
- Anti-Baby-Pille

### Sonstiges

- Medikamente, die regelmäßig genommen werden müssen
- kleine Schere 
- Splitterpinzette 
- Zeckenzange 
- Einmalhandschuhe
- Ersatzbrille ( für Brillenträger )
- Sonnenbrille 

- Breitbandantibiotikum
- Medikamente zur Malariaphylaxe
- (Imprägniertes) Moskitonetz
- Wasserdesinfektion
- Evtl. Nikotinersatzmittel bei Nichtraucherflügen
- Dental-Notfallset
- Blasenpflaster 

\*Um evtl. Schwierigkeiten bei der Zollkontrolle zu vermeiden, kann es sinnvoll sein eine Bescheinigung des Arztes in englischer Sprache mitzuführen, dass die Mitnahme von Spritzen medizinisch notwendig ist.