

Checkliste: Was Ihr Kind auf Reisen für seine Gesundheit braucht

Vor der Abreise

- Impfschutz prüfen und gegebenenfalls auffrischen
- Über die Impfvorschriften des Urlaubslandes informieren und notwendige Impfungen rechtzeitig durchführen
- Impfpass einpacken
- Bei Reisen ins nicht-europäische Ausland vorab einen Gesundheits-Check beim Arzt durchführen lassen
- Adressen von Ärzten und Krankenhäusern am Urlaubsort herausfinden
- Krankenversichertenkarte einstecken
- Auslandskrankenversicherung abschließen
- Telefonnummer der Auslandskrankenversicherung bereitlegen und im Geldbeutel tragen

Für die Fahrt

- Sonnenschutz für die Autofenster – auch wenn das Auto klimatisiert ist!
- Spucktüte und Spucktücher bereitlegen
- Mützchen zum Schutz vor Zugluft durch Klimaanlage in Flugzeug oder Bahn

Für die Ferienwohnung

- Babyphon und Ersatzbatterien einpacken. Lassen Sie Ihr Kind tagsüber und auch nachts niemals unbeaufsichtigt!
- Mosquito-Netz
- Steckdosenschutz
- Töpfchen oder Toilettentrainer
- Desinfektionsspray oder -gel
- Wasserkocher zum Abkochen von Trinkwasser für die Zubereitung der Flasche

Sonnenschutz

- Für den Urlaub am Meer: Sonnenschirm oder Strandmuschel
- Sonnenbrille für die sensiblen Kinderaugen
- Kindersonnenschutzcreme mit mindestens Lichtschutzfaktor 30 – besser höher.
- Après-Pflege für die empfindliche Kinderhaut
- Sonnenschutzkleidung wie UV-undurchlässige T-Shirts
- Mütze oder Hütchen mit Nackenschutz für den Strand

Pflege

- Feuchttücher
- Wundcreme für den Po

Reiseapotheke

- Pflaster und Verbandmaterial
- Fieberthermometer
- Fiebersenkende Mittel
- Tee (Fenchel, Kamille)
- Nasenspray
- Mittel gegen Halsschmerzen
- Kinderarznei gegen Husten, z. B. Bronchobini
- Medikamente gegen Durchfall und Verstopfung
- Kinderarznei gegen Bauchweh und Blähungen, z. B. Flatulini
- Zeckenzange
- Kühlkissen
- Kühlsalbe gegen Sonnenbrand
- Kinderarznei gegen juckende und gereizte Haut, z. B. Cutacalmi
- Salbe gegen Insektenstiche
- Kinderarznei zur Beruhigung von müden und überreizten Kindern, z. B. Lunafini