

## dezynfekcja ran i ukąszeń

---

1. WODA UTLENIONA W ŻELU
2. CHUSTECZKI (w saszetkach) NASĄCZONE SPIRYTUSEM
3. BEPANTHEN (oparzenia słoneczne)
4. KREM Z FILTREM (sp-50)
5. POMADKA OCHRONNA DO UST Z FILTREM UV
6. TRIDERM lub FENISTIL ŻEL (poukąszeniu owadów)
7. antybiotyk miejscowy (np. NEOMYCYNA AREOZOL)
8. REPELENTY ODSTRASZAJĄCE OWADY (np. GUARD)
9. materiały opatrunkowe (PLASTRY/BANDAŻE DZIANE/ KOMPRESY GAZOWE jałowe i niejłowe)

## choroba lokomocyjna

---

1. AVIOMARIN - dorośli
2. ANAKETON - dzieci

## leki przeciwzapalne i przeciwbólowe

---

1. PARACETAMOL (przeciwgorączkowo/przeciwbólowo)
2. IBUPROFEN (przeciwgorączkowo/przeciwbólowo)
3. NOSPA (ból brzucha/ból menstruacyjny/działanie rozkurczowe)

## leki przeciwalergiczne

---

1. CLARITINE
2. CLEMASTIN
3. FENISTIL KROPLE

## leki przeciwbiegunkowe

---

1. XIFAXAN (powyżej 12 r.ż)
2. SUMAMED (powyżej 12 r.ż)
3. ENTEROL (probiotyk)
4. TIORFAN / TANNINAL (dorośli)
5. elektrolity (np. ACIDOLIT)
6. ANAKETON - dzieci

## ZAPOBIEGANIE MALARII

---

1. FALCIMAR
2. MALARONE

## profilaktyka zakrzepowo - zatorowa

---

1. ASPIRYNA (np. ACARD / POLOCARD 75mg)
2. HEPARYNA (np. FRAXIPARYNA / CLEXANE-iniekcja podskórna)
3. HEPARYNA W ŻELU (np. LIOTON ŻEL)

# apteczka turystyczna

LISTA LEKÓW  
NA WYJAZD



## leki przyjmowane na stałe

---

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

## notatki

---

## PAMIĘTAJ BY SPAKOWAĆ!

---

1. MIĘDZYNARODOWA KSIĄŻECZKA SZCZEPIEŃ !
2. POLISA UBEZPIECZENIOWA
3. KSEROKOPIA PASZPORTU
4. ZDJĘCIA PASZPORTOWE DO KOLEJNYCH WIZ
5. NOŻYCZKI
6. RĘKAWICZKI LEKARSKIE