

Checkliste: Reiseapotheke für Australien

Das gehört in Ihre Reiseapotheke für Australien:

Sonnenschutz

- Sonnencreme
- Sonnenbrille
- Sonnenhut oder andere Kopfbedeckung
- Après-Soleil-Produkt und/oder Feuchtigkeitscreme

Achtung: Die UV-Strahlung in Australien ist nicht zu unterschätzen. Nehmen Sie Sonnencreme mit starkem Lichtschutzfaktor (mindestens 35) mit. In Australien selbst sind zudem Sonnencreme mit höherem Schutzfaktor als in der Schweiz erhältlich. Am besten kaufen Sie zusätzliche Produkte vor Ort.

Allergien und Insektenstiche

- Insektenschutzmittel (am besten mit den Wirkstoffen DEET und Icaridin)
- Insekten-Stick oder Salbe zur Behandlung von Insektenstichen
- Mittel zur Behandlung von allergischen Reaktionen (z. B. Antihistaminika)

Achtung: Bei starker Schwellung oder Rötung rund um den Insektenstich sollten Sie einen Arzt oder eine Ärztin aufsuchen.

Hygiene und Schutz vor Keimen

- Seife
- Händedesinfektionsmittel
- Desinfektionstücher und Flächendesinfektionsmittel
- Gesichtsmasken

Übelkeit und Magen-Darm-Beschwerden

- Medikamente gegen Reisekrankheit oder Übelkeit
- Medikamente gegen Durchfall
- Medikamente gegen Verstopfung

Für Wunden und Schürfungen

- Desinfektionsmittel
- Diverse Pflaster: Wundpflaster in verschiedenen Grössen, Blasenpflaster, wasserfeste Pflaster
- Gazekompressen, Heftpflaster und elastische Binden
- Schnellverband

Fieber und Schmerzen

- Fiebersenkende Schmerzmittel
- Entzündungshemmende Schmerzmittel
- Fieberthermometer

Achtung: Verzichten Sie auf Medikamente mit dem Wirkstoff Acetylsalicylsäure. Diese können die Auswirkungen einiger tropischer Krankheiten - etwa von Dengue-Fieber oder Malaria - verschlimmern. Das Dengue-Fieber kann in Australien vereinzelt vorkommen. Zum Beispiel auf den Cookinseln wurden Ende 2020 einige Fälle gemeldet. Ein guter Mückenschutz ist landesweit empfohlen.

Erkältungen

- Husten- und/oder Halswehtabletten
- Nasentropfen
- Ohrentropfen

Utensilien für jede Reiseapotheke

- Einweghandschuhe
- Schere
- Pinzette

Individuelle Inhalte

- Persönliche Medikamente (am besten mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin vorbesprochen)
- Kontaktlinsen, Reinigungsmittel, Ersatzbrille
- Medikamente für die Kinder
- Medikamente für den Hund
- Pille/Kondome

Hinweis: In Australien gelten strenge Zollvorschriften und Einfuhrbeschränkungen für Medikamente. Dazu zählen auch Wachstumshormone und Steroide. Prüfen Sie, ob Sie Ihr gewünschtes Medikament mitnehmen können.

→ Australian Border Office: Can you bring it in? (nur auf Englisch)