



PRZEWÓZ LEKÓW W PODRÓŻY

- + Podczas podróży samolotem spakuj apteczkę w bagaż podręczny, dzięki czemu unikniesz problemów w razie zagubienia lub opóźnienia bagażu rejestrowanego.
- + Leki należy przewozić w oryginalnych opakowaniach wraz z etykietą i ulotką, umieszczone w przezroczystym opakowaniu.
- + Warto mieć przy sobie również kopię recepty lub zaświadczenie od lekarza (w języku kraju docelowego), szczególnie w przypadku leków na receptę, psychotropowych czy wymagających przechowywania w niskiej temperaturze.
- + Sprawdź obowiązujące przepisy wwozu substancji leczniczych w ambasadzie kraju, do którego się wybierasz.



Informacje dla podróżujących Ministerstwa Spraw Zagranicznych
<https://www.gov.pl/web/dyplomacja/informacje-dla-podrozujacych>

Dr.Max⁺



APTECZKA W PODRÓŻY





PODSTAWOWY SKŁAD APTECZKI W PODRÓŻY DO TROPIKÓW I KRAJÓW ROZWIJAJĄCYCH SIĘ

- leki przeciwbiegunkowe oraz doustne preparaty nawadniające
- leki przyjmowane z powodu chorób przewlekłych, chemioprophylaktyki lub antykoncepcji
- leki przeciwbólowe, przeciwgorączkowe
- leki przeciwalergiczne stosowane m.in. w przypadku ukłuć owadów (tabletki, żełe)
- płyn odkażający/gazik ze spirytusem oraz materiały opatrunkowe (plastry, gaziki, bandaże itp.)
- żełe do dezynfekcji rąk na bazie alkoholu (minimum 70%)
- probiotyk
- krople do oczu (nawilżające, przeciwzapalne)
- krem z filtrem UV i preparaty łagodzące objawy poparzenia słonecznego (np. Panthenol)
- repelenty przeciw owadom (zawierające np. 30-50% DEET bądź 20% ikarydyny)
- inne – w zależności od potrzeb turysty: maska ochronna, moskitiera, pęseta, małe nożyczki, termometr



**W doborze produktów do apteczki
poproś o pomoc Farmaceutę!**



DODATKOWE PORADY DLA PACJENTA



Noś maskę ochronną w miejscach o dużym skupisku ludzi.



Chroń się przed komarami i kleszczami (stosuj repelenty, odpowiednią odzież).



Zachowuj ostrożność przy spożywaniu wody i żywności (unikaj nieprzepracowanej wody i surowych produktów).



Stosuj profilaktykę przeciwbiegunkową (higiena rąk, bezpieczne jedzenie, stosowanie probiotyku).



Wykup polisę ubezpieczeniową obejmującą koszty leczenia za granicą.



W przypadku podróży w rejony objęte zagrożeniem zarażenia malarią – rozważ chemioprophylaktykę przeciwmalaryczną.



Jeśli masz międzynarodową książeczkę szczepień – zabierz ją ze sobą w podróż!

