

Gesundheitstipp Medikamente auf Reisen



# MEDIKAMENTE auf REISEN

[www.regiomed-kliniken.de](http://www.regiomed-kliniken.de)

GESUNDHEIT GANZ NAH.  
WIR SIND DA.

# Gesundheitstipp Medikamente auf Reisen

## Nur mit Attest

Einige Länder haben Einfuhrbeschränkungen für Medikamente wie Schmerz- und Beruhigungsmittel, insbesondere für Wirkstoffe, die unter das Betäubungsmittelrecht fallen. Auf Flugreisen werden mitgeführte Spritzen zum Problem. Für all diese Fälle kann Ihnen Ihr Arzt eine mehrsprachige Bescheinigung über die Notwendigkeit der Mitnahme ausstellen, auf der neben den Präparaten mit Wirkstoffen auch die Menge/Anzahl vermerkt sein sollte. Wichtige oder deklarationspflichtige Medikamente gehören ins Handgepäck. Über die Bestimmungen der einzelnen Länder informiert das Auswärtige Amt unter [www.auswaertiges-amt.de](http://www.auswaertiges-amt.de).

## Wirkstoffe wichtiger als Präparatenamen

Im Ausland werden viele Medikamente unter einem anderen Namen gehandelt. Bei für Sie wichtigen Arzneien sollten Sie daher die genauen Wirkstoffnamen und -mengen kennen. Um sicher zu gehen, nehmen Sie die Originalpackung und den Beipackzettel mit. Bei bestehenden Erkrankungen ist es hilfreich, die lateinischen Fachbegriffe dafür (z.B. Hypertonie für Bluthochdruck) zu kennen - diese werden in der Regel weltweit verstanden. Ihr Hausarzt hilft Ihnen gerne, alle wichtigen Informationen für den Notfall zusammenzustellen.

## Gut zu wissen

Kaufen Sie im Ausland niemals Medikamente auf Märkten o.ä. In vielen Ländern blüht der Handel mit Fälschungen, bei denen der Wirkstoffgehalt von Null bis giftig reichen kann. Vertrauen Sie generell nur ausgewiesenen Apotheken und achten Sie auf komplette Originalverpackungen.

## Genug dabei?

Nehmen Sie von zwingend notwendigen Medikamenten so viel mit, dass Sie notfalls ein paar zusätzliche Tage überbrücken können. So sind Sie für unvorhergesehene Reiseänderungen oder Verzögerungen gut gerüstet. Denn nicht in allen Ländern werden Sie Ihre benötigten Medikamente besorgen können.

## Zeitverschiebung

Bei Fernreisen mit Zeitverschiebung muss die Medikamenteneinnahme unter Umständen angepasst werden. Planen Sie die Umstellung mit Ihrem behandelnden Arzt im Voraus und notieren Sie sich den Ablauf.

## Klima

Einige Medikamente reagieren empfindlich auf Temperaturschwankungen, Feuchtigkeit, Sonnen- und UV-Licht, manche müssen gekühlt werden. Besprechen Sie deren Handhabung und Transport am besten vorab mit Ihrem Apotheker.

Ein ungewohntes Klima kann sich auch auf Ihren Stoffwechsel auswirken. Besprechen Sie daher vor einer Reise mit Ihrem Arzt, ob ggf. die Dosierung Ihrer Medikamente angepasst werden muss.

## Medikamente und Sonne

Sonneneinwirkung kann nach Einnahme bestimmter Medikamente zu Hautirritationen, Sonnenbrand oder sogar zu Verbrennungen führen. Informationen hierüber finden Sie im Beipackzettel und auch Ihr Arzt oder Apotheker beraten Sie gerne.

---

Stefan Schlosser, Fachapotheker für klinische Pharmazie,  
Krankenhausapotheke der REGIOMED Klinik Sonneberg