

Lekarna za dopust v oddaljene/tropske kraje

- **Veljavna kartica zdravstvenega zavarovanja, zdravstveno zavarovanje za tujino, potrdilo o cepljenjih.**
- **Zdravila, ki jih morate redno jemati in vam jih je predpisal zdravnik.**
- **Zdravila za samozdravljenje:**
 - zdravila za zniževanje povišane telesne temperature in lajšanje bolečin,
 - zdravila proti slabosti,
 - zdravila za lajšanje želodčnih in prebavnih težav,
 - zdravila proti driski in proti zaprtju,
 - zdravila za vneto grlo,
 - zdravila za lajšanje težav pri vnetnih boleznih sečil.
- **Vitamini in minerali ter probiotiki:**
 - magnezij proti krčem,
 - vitamin C za odpornost,
 - probiotiki za urejeno prebavo,
 - vitaminski dodatki za pripravo kože na sončenje,
 - rehidracijska sol za nadomeščanje izgubljenih soli pri driskah in bruhanju.
- **Prva pomoč:**
 - fiziološka raztopina,
 - sterilna gaza,
 - razkužilo za majhne površinske rane ter mazilo za celjenje površinskih ran, povoji,
 - vodoodporni obliži, obliži za žulje,
 - toplo-hladni obkladki,
 - škarje, pinceta,
 - termometer,
 - mazila za lajšanje bolečin ob nategih, zvinih, udarninah,
 - mazila proti utrujenim nogam.
- **Zaščitna sredstva:**
 - sredstva za dezinfekcijo rok,
 - tablete za dezinfekcijo vode,
 - osvežilni/čistilni robčki,
 - intimno milo,
 - vaginalne ovule s protivnetnim delovanjem,
 - menstrualna skodelica,
 - kreme za zaščito pred soncem,
 - zaščitna sredstva pred piki žuželk in pred klopi,
 - nega po sončenju in po pikih insektov,
 - kompresijske nogavice za daljša potovanja.
- **Slabost na potovanju:**
 - trak proti slabosti.