

Hermed et input til rejsepolitik set med en sundhedsfaglig vinkel:

I en rejsepolitik mener vi man skal være opmærksom på at forbedre medarbejderen på det land/område man rejser til, i forhold til at forebygge sygdom:

Tjek statens serum instituts hjemmeside www.ssi søgeord: -vaccinationer

-rejser og smitsomme sygdomme.

Hvis man med bruger forskellige former for medicin skal man medbringe et "medicinpas/pillepas" tjek www.netdokter.dk søgeord: pillepas

Man kan i øvrigt finde inspiration til hvad der er vigtigt at huske på rejsen på følgende hjemmeside www.apoteket.dk søgeord: sundhedshuskeliste

Afhængig af hvor i verden du skal rejse hen, kan der være ting, der er nødvendige at have med. Brug denne tjekliste til at overveje, hvad du skal have med på rejsen.

Foruden din vanlige medicin, bør du overveje at medbringe medicin mod:

- Middel mod transportsyge
- Middel mod tilstoppet næse
- Midler til forebyggelse/behandling af diarre
- Nikotinerstatningsprodukt til flyrejser
- Midler mod forstoppelse
- Syreneutraliserende middel mod for meget mavesyre
- Smertestillende middel
- Middel mod allergi
- Lokalbedøvende middel

Andre ting, der er gode til at have med på rejsen:

- Støttestrømper
- Ørepropper til trykudligning
- Middel til desinfektion af vand
- Middel til desinfektion af sår
- Plaster (sår/vabel) og forbindinger
- Kløestillende middel
- Middel mod forkølelssår
- Middel mod solskoldning og soleksem
- Solcreme/solstift
- Aftersunlotion

- Myggemiddel
- Imprægneret myggenet
- Prævention (kondomer)
- Sprøjter og kanyler
- Termometer
- Toiletartikler (hygiejnebind, tamponer, vådservietter, ørepropper, tandbørste, sæbe m.m.)

Kilde: Danmarks Apotekerforening