



## QUALI FARMACI IN VALIGIA

Di seguito viene riportato un elenco di tutti i farmaci, i prodotti per l'igiene, i medicinali omeopatici e i rimedi fitoterapici utili in viaggio e in base a destinazione, itinerario, ragione e durata del viaggio, oltre che la storia medica personale.

### ☑ Check List Farmaci

- Antipiretico
- Antibiotico a largo spettro
- Antidolorifico
- Cortisonico in caso di febbre molto alta o di reazione allergica
- Fast Jekt 330mcg (fiala di adrenalina con auto iniettore, stabile a temperatura ambiente)
- Antidiarroico
- Fermenti lattici, possibilmente in capsule o bustine orosolubili
- Lassativo
- Sali di potassio e magnesio
- Sali reidratanti in caso di forte diarrea
- Antinausea (ATTENZIONE: provocano sonnolenza)
- Antivomito
- Collirio decongestionante o lacrima artificiale monodose
- Repellenti contro gli insetti per la pelle (DEET o icaridina o citrodiol) e per gli abiti e le zanzariere (permetrina)
- Stick dopo puntura con ammoniacca
- Pomata antistaminica per punture di insetti, eritemi solari, dermatiti su base allergica
- Pomata antinfiammatoria a base di idrocortisone per punture d'insetti e infiammazioni cutanee
- Pomata antimicotica
- Pomata contro *herpes labialis*
- Pomata antibiotica per infezioni cutanee
- Pomata antidolorifica e defaticante per le gambe
- Disinfettante spray, cotone, cerotti, siringhe, termometro, fazzoletti disinfettanti

### ☑ Check List prodotti per l'igiene

- Crema solare, Latte doposole, Stick labbra idratante e protettivo
- Bagnoschiama (antimicotico e/o disinfettante)
- Shampoo per lavaggi frequenti

- Latte detergente e tonico o soluzione micellare per il viso
- Crema idratante e lenitiva per il viso
- Copriwater in carta monouso
- Spazzolino + Dentifricio da viaggio
- Slip usa e getta, Salvaslip, Assorbenti igienici
- Gel lavamani, Salviette umidificate, Fazzoletti di carta

### ☑ Check List per chi viaggia con bambini

- Antipiretico in supposte
- Antibiotico ad ampio spettro
- Fialette e/o spray per lavaggi nasali
- Termometro
- Fermenti lattici in bustine orosolubili
- Antisecretivo intestinale per il trattamento della diarrea acuta
- Sali reidratanti in bustine
- Sciroppo per la tosse
- Microclismi di glicerina in caso di stipsi
- Repellenti contro gli insetti per la pelle (DEET 10% max)
- Stick dopo puntura senza ammoniacca
- Pomata a base di arnica
- Detergente per il bagnetto, shampoo delicato, pomata all'ossido di zinco per il cambio del pannolino, crema lenitiva, crema solare con massima protezione, salviette umidificate.

### ☑ Check List medicinali omeopatici (in ordine alfabetico)

- Aconitum 9CH
- Antimonium crudum 7CH
- Apis 15CH
- Arnica 5CH granuli
- Arsenicum album 15CH
- Belladonna 9CH
- Cantharis 9CH
- China 9CH
- Coccus indicus 9CH
- Colocynthis 9CH
- Gelsemium 9CH
- Histaminum 9CH
- Ledum palustre 7CH
- Nux vomica 9CH
- Urtica urens 5CH