

Check-list da viaggio

Per vacanze avventurose



Avete voglia di partire finalmente alla scoperta del mondo ?

Con questa check-list da viaggio le vostre vacanze avventurose saranno all'insegna della salute.

AMAVITA 
la mia farmacia

Check-list da viaggio

Per vacanze avventurose

State per partire per una grande avventura?

Non sapete cosa prendere per la vostra farmacia da viaggio e, soprattutto, per motivi di spazio volete limitarvi all'essenziale? Niente panico! Affidatevi a questa check-list da viaggio e trascorrete delle vacanze in tutta salute.

Medicamenti personali

- Medicamenti utilizzati regolarmente
- Antistaminico, [ad es. compresse da succhiare Triofan® Allergie*](#)
- Medicamenti in caso di diabete
- Disturbi di circolazione
- Indolenzimento muscolare, [ad es. Magnesium Direct](#)
- Medicamento per slogature/contusioni

Medicamenti per dolori/febbre

- Mal di testa/dolori, [ad es. Algifor® Liquid Caps*](#)
- Raffreddori
- Termometro

Medicamenti per gola/naso/orecchie/occhi

- Mal di gola
- Raffreddore, [ad es. Triofan®*](#)
- Gocce oculari, [ad es. Collypan®*](#)

Medicamenti per stomaco/intestino

- Bruciore di stomaco e mal di stomaco
- Diarrea, [ad es. capsule Amavita Loperamid*](#)
- Stitichezza

Protezione e trattamento eritema solare e punture d'insetto

- Protezione solare, anche per le labbra
- Scottature
- Antizanzare, [ad es. Anti-Brumm®](#)
- Punture d'insetto
- Telo antizanzare

Igiene

- Dentifricio, spazzolino, filo interdentale
- Carta igienica



- Disinfettante mani
- Anticoncezionali: preservativi, pillola
- Lenti a contatto, liquido per le lenti e contenitore
- Detersivo, tubetti da viaggio
- Forbicine per unghie e lima, [ad es. set per le unghie Amavita](#)
- Assorbenti interni
- Kit da viaggio per suture

Lesioni

- Disinfettante, [ad es. Merfen®*](#)
- Pomata per ferite
- Bendaggio rapido
- Compresse sterili
- Benda elastica
- Cerotti per vesciche e anti-pressione
- Guanti monouso
- Forbicine, pinzetta, [ad es. Amavita](#)
- Pinzetta per zecche



Vaccinazioni, profilassi antimalarica

- Vaccinazioni obbligatorie e consigliate

In viaggio

- Tappi per le orecchie contro l'inquinamento acustico, [ad es. Otalgan®](#)
- Sacchetto di plastica per bagaglio a mano
- Gocce oculari idratanti, [ad es. Collypan®*](#)
- Spray nasale idratante
- Medicamento contro il mal d'auto, [ad es. Itinerol® B6*](#)
- Calze compressive
- Cerotto o gomme da masticare antifumo
- Salviettine levatrucco, salviettine rinfrescanti

Bellezza

- Shampoo, balsamo, [ad es. Phyto](#)
- Spazzola, specchietto
- Gel doccia, [ad es. Weleda](#)
- Burrocacao, [ad es. Lierac](#)
- Crema da giorno
- Rasoio, dopobarba
- Crema per mani, [ad es. A-Derma](#)
- Crema per piedi
- Deodorante



* Questo è un medicamento autorizzato. Leggere il foglietto illustrativo.

Link utili e documenti importanti per vacanze in salute

Consigli per la sicurezza e per il viaggio per i diversi Paesi:
www.eda.admin.ch (viaggio all'estero)

Centro medicina da viaggio presso l'Istituto tropicale svizzero:
www.swisstph.ch/de/reisemedizin

Consulenza medicina da viaggio:
www.safetravel.ch

Il libretto di vaccinazione elettronico svizzero:
www.lemievaccinazioni.ch

Consigli utili per il primo soccorso:
www.samaritani.ch

Permesso per portare in viaggio anestetici:
www.swissmedic.ch (moduli e check-list)



Documenti

- Tessera assicurazione malattie
- Dati di contatto medico
- Libretto di vaccinazione
- Tessera dei medicinali
- Ricetta con Denominazione Comune Internazionale (DCI)
- Permesso di portare con sé anestetici
- Passaporto delle allergie
- Prescrizione oculistica

Vi offriamo la nostra consulenza per qualsiasi domanda sul vostro viaggio e componiamo la vostra farmacia da viaggio personale.

Trovate delle check-list per il viaggio anche su amavita.ch/it/viaggio/checklists

Timbro farmacia