

Nog even en de vakantie begint. Neem altijd de juiste zelfzorgmiddelen en andere producten mee zodat je vakantie niet in het water valt door kleine maar vervelende kwalen!

En dit neem ik mee

- Geneesmiddelen op doktersrecept
Bij sommige medicatie is een medische verklaring nodig om deze te mogen invoeren en in het buitenland te verkrijgen
- Pijnstiller: paracetamol en een ontstekingsremmer, zoals ibuprofen
- Diarreeremmer en O.R.S.
- Middel tegen reisziekte
- Insectenwerend middel met DEET
- Anti-jeuk middel
- Allergietabletten
- EHBO-kit met wonddesinfectie, pleisters, steriele gasjes, tape,

verband, watten, puntige pincet en een verbandschaar

- Zonnebrand en aftersun
- Pompje voor uitzuigen gif
- Anticonceptie en/of voorbehoedsmiddelen

Nog plek over?

- Oordopjes
- Tekentang
- Laxeermiddel
- Middelen tegen maagdarmklachten
- Neusdruppels
- Oordruppels

- Middel voor huidherstel, bijvoorbeeld met Calendula
- Middel tegen (huid)schimmels
- Thermometer

Ook gedacht aan...

- Shampoo
- Douchegel
- Bodylotion of -crème
- Deodorant
- Make-up
- Dag- en/of nachtcrème
- Gezichtsreiniging
- Haarborstel, elastiekjes
- Haarstylingproducten
- Batterijen

Vergeet de kleine niet!

- (Zwem)luiers
- Babyverzorgingsproducten
- Babyvoeding
- Vochtige doekjes

En dan nog even dit

Ben je zwanger, geef je borstvoeding of heb je last van (chronische) gezondheidsklachten waarmee je bij een arts onder behandeling bent? Dan kun je niet zomaar alle zelfzorggeneesmiddelen gebruiken. Bij de Erkend Specialist in Zelfzorg werken goed opgeleide assistent-drogisten en drogisten. Zij kennen de risico's van alle zelfzorggeneesmiddelen en adviseren de juiste producten.