

Lista di controllo: farmacia da viaggio per l'Australia

Ecco cosa mettere nella farmacia da viaggio per l'Australia:

Protezione solare

- Crema solare
- Occhiali da sole
- Cappello o altro tipo di copricapo
- Dopusole e/o crema idratante

Attenzione: i raggi UV in Australia non vanno sottovalutati. Portate con voi la crema solare con un fattore di protezione alto (almeno 35). In Australia è possibile acquistare creme solari ad alto fattore di protezione esattamente come in Svizzera. Potete comprare prodotti aggiuntivi sul posto.

Allergie e punture d'insetto

- Repellenti per insetti (meglio se con il principio attivo DEET e icaridina)
- Stick o pomata per trattare le punture di insetto
- Farmaci per trattare le reazioni allergiche (ad es. antistaminici)

Attenzione: in caso di forte gonfiore o arrossamento intorno alla puntura, consultate un medico.

Igiene e protezione dai germi

- Sapone
- Disinfettante per le mani
- Salviettine disinfettanti e disinfettante per superfici
- Mascherine facciali

Nausea e disturbi gastrointestinali

- Medicamenti contro il mal di viaggio e la nausea
- Medicamenti per la diarrea
- Medicamenti contro la stitichezza

Per ferite ed escoriazioni

- Disinfettante
- Cerotti vari: di diverse dimensioni, per le vesciche, resistenti all'acqua
- Compresse di garza, bende di garza e bende elastiche
- Bendaggio

Febbre e dolori

- Antidolorifici antipiretici
- Antidolorifici antinfiammatori
- Termometro

Attenzione: evitate farmaci con il principio attivo acido acetilsalicilico. Possono peggiorare gli effetti di alcune malattie tropicali, come la febbre dengue o la malaria. In Australia la febbre dengue colpisce in casi sporadici. Sulle isole Cook, ad esempio, a fine 2020 sono stati segnalati alcuni casi. Una buona protezione dalle zanzare è comunque consigliata in tutto il Paese.

Raffreddore

- Compresse per la tosse e il mal di gola
- Gocce nasali
- Gocce auricolari

Oggetti per tutte le farmacie da viaggio

- Guanti monouso
- Forbici
- Pinzette

Contenuto personale

- Medicamenti personali (meglio se dopo averne parlato con il vostro medico)
- Lenti a contatto, prodotto detergente, occhiali di scorta
- Medicamenti per i bambini
- Medicamenti per il cane
- Pillola/preservativi

Nota: in Australia vigono rigide normative doganali e restrizioni all'importazione di medicinali, tra cui ormoni della crescita e steroidi. Verificate se potete portare con voi i farmaci che volete.

→ **Australian Border Office: Can you bring it in? (Solo in inglese)**