

Lista di controllo: farmacia da viaggio per Thailandia

Ecco cosa mettere nella farmacia da viaggio per la Thailandia:

Protezione solare

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

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

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

- Farmaci per trattare le reazioni allergiche (ad es. antistaminici)
- Profilassi contro la malaria

Nota: in Thailandia c'è un rischio di malaria ridotto. In particolare nelle aree rurali e lungo il confine con il Myanmar è necessaria una buona protezione contro le zanzare. Chiedete a uno specialista di malattie tropicali se per il vostro itinerario di viaggio specifico dovete portare con voi una profilassi antimalarica o assumerla in anticipo.

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

Consiglio: la cosa migliore è prevenire con probiotici prima di partire

Per ferite ed escoriazioni

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

Febbre e dolori

- Termometro
- Antidolorifici antipiretici (con il principio attivo paracetamolo)
- Antidolorifici antinfiammatori

Attenzione: evitate farmaci con l'acido acetilsalicilico. Possono peggiorare gli effetti di alcune malattie tropicali, come la febbre dengue o la malaria. La febbre dengue è diffusa in tutta la Thailandia.

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: alcune malattie diffuse in Thailandia, come ad esempio il virus Zika, sono sessualmente trasmissibili. In caso di contatti intimi usate un preservativo come prevenzione.

Informatevi sulle malattie e i rischi principali presenti in Thailandia, preferibilmente prima del vostro viaggio. Nel nostro articolo del blog dedicato trovate tutti i consigli di viaggio e indicazioni più precise per proteggersi al meglio dagli insetti. In caso di altre domande, i nostri e le nostre consulenti sulla salute saranno lieti di aiutarvi.