



Noella Gansweidt hat als Flugbegleiterin viele exotische Destinationen bereist und weiß, worauf es beim Kofferpacken für Fernreisen ankommt. / Bild: Noella Gansweidt, privat

14.09.2023 10:43 CEST

Exotische Ziele: Das gehört ins (Hand-)Gepäck Geheimtipps einer Viel- und Fernreisenden

Während in Deutschland der größtenteils verregnete Sommer nahtlos in einen nasskalten Herbst übergeht, herrscht andernorts auf der Welt nun ideales Reisewetter – z. B. auf Bora Bora, Fiji, Mauritius oder den Seychellen, auf Bali oder in Australien. Noella Gansweidt hat als Flugbegleiterin viele dieser Destinationen bereist. Sie weiß genau, worauf es beim Kofferpacken ankommt, damit der Aufenthalt fernab des deutschen Schmuddelwetters zum

Traumurlaub wird.

„Ich reise auch bei Fernreisen inzwischen fast ausschließlich mit Handgepäck. Das ist z. B. im Taxi, Reisebus oder bei Transfers mit dem Boot viel unkomplizierter und bis zu einer Woche Reisedauer auch völlig ausreichend – insbesondere, wenn ein Strandurlaub geplant ist“, verrät die Flugbegleiterin. Die Bestimmungen bezüglich Maße und Gewicht des zugelassenen Handgepäcks variieren aber von Airline zu Airline. Gansweidt empfiehlt dringend, sich hier vorab gründlich zu informieren. „Sonst können am Flughafen hohe Zusatzgebühren anfallen.“ Um Platz zu sparen und unschöne Knitterfalten zu vermeiden, packt sie ihre Kleidung grundsätzlich nicht im gefalteten, sondern im gerollten Zustand ein. „Ich nehme außerdem immer eine kleine Tube Handwaschmittel mit. Gerade Unterwäsche und Socken kann man unkompliziert im Hotelwaschbecken oder in der Badewanne durchwaschen“, empfiehlt sie. Um an Platz und Gewicht zu sparen, setze sie außerdem auf festes Haarshampoo und festes Duschgel.

Mückenschutz unbedingt griffbereit haben

Ob sie nun nur mit Kabinen-Trolley oder mit aufgegebenem Reisegepäck unterwegs ist: Am Zielflughafen angekommen, möchte Gansweidt einige Dinge sofort griffbereit haben, allen voran einen zuverlässigen Mückenschutz. „Die Mücken vor Ort warten nicht, bis man im Hotel in Ruhe ausgepackt hat. Einmal wurde ich bereits auf dem Weg vom Flughafen zum Hotel regelrecht überfallen. Seitdem halte ich immer ein kleines Anti-Mückenspray in Reisegröße parat, das ich direkt nach der Landung auftrage.“ Tropische Mückenarten wie die Anopheles-Mücke oder die Asiatische Tigermücke können zum Teil ernsthafte Erkrankungen wie Malaria oder Gelbfieber übertragen. Speziell für die Tropen- und Subtropen geeignete Anti-Mückensprays (z. B. ANTI BRUMM Ultra Tropical) nehme sie immer von daheim mit, damit sie im Ausland nicht auf ihr unbekannte Präparate zurückgreifen müsse. „Ideal sind Sprays mit von der WHO* auch für Tropenreisen empfohlenen Wirkstoffen wie Diethyltoluamid (DEET).“ Gansweidt reist zudem immer mit eigenem Moskitonetz: „Bei einfacheren Unterkünften habe ich schon erlebt, dass die dort aufgehängten Netze Löcher hatten.“

Smartes Handgepäck

Wer viel fliegt, muss hin und wieder auch erleben, dass das aufgebene

Gepäck leider eine andere Reiseroute genommen hat. Auch für solche Fälle sorgt Gansweidt vor: Ins Handgepäck gehören für sie auf jeden Fall Badeklamotten und eine kleine Tube Sonnencreme. „Nichts ist frustrierender, als kostbare Strandtage zu versäumen, weil der Koffer mit dem Bikini verloren gegangen ist.“ Um unterwegs nicht die Wahl zwischen überteuerten Getränken oder einer langen Durststrecke zu haben, führt die Reiseexpertin zudem immer eine leere Thermosflasche im Bordgepäck mit, die sie nach der Sicherheitskontrolle mit Leitungswasser auffüllt. „Außerdem habe ich immer meine eigenen Teebeutel dabei – das Kabinenpersonal im Flugzeug füllt die Flasche gerne mit heißem Wasser auf.“

* Weltgesundheitsorganisation, World Health Organization

Über ANTI BRUMM Ultra Tropical

ANTI BRUMM Ultra Tropical aus der Apotheke bietet mit dem Wirkstoff Diethyltoluamid (DEET) bis zu 10 Stunden zuverlässigen Schutz gegen tropische Stechmücken und schützt bis zu 8 Stunden vor Fliegen und Zecken. ANTI BRUMM Ultra Tropical ist vom Schweizerischen Tropeninstitut getestet und für alle Regionen geeignet. Der Inhaltsstoff DEET wird seit Jahrzehnten als Mückenschutzmittel eingesetzt und von der Weltgesundheitsorganisation WHO als Goldstandard der Insektenabwehrstoffe empfohlen. Auch das Schweizerische Tropeninstitut empfiehlt dieses Anti-Mückenspray. Bei sparsamer Anwendung ist ANTI BRUMM Ultra Tropical bereits für Kinder ab zwei Jahren geeignet, die gute Hautverträglichkeit ist dermatologisch getestet. Das Spray ist auch in der praktischen 75 ml Reisegröße erhältlich.

Mehr unter: www.antibrumm.de

Pflichttext

Biozidprodukte vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformation lesen.

HERMES ARZNEIMITTEL ist einer der führenden Anbieter von hochwertigen Präparaten für die Selbstmedikation in Deutschland. Seit über 110 Jahren widmen wir uns als mittelständisches Traditionsunternehmen mit Sitz in

Pullach i. Isartal der Gesundheit und dem Wohlbefinden der Menschen. Auf so viel Erfahrung aufbauend, können wir ein Sortiment von bekannten Markenprodukten wie Biolectra, doc, Aspecton, Betaisodona und ANTI BRUMM bieten, die höchsten Qualitätsansprüchen und neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen entsprechen. Unsere Expertise, unsere Sorgfalt und unsere Verlässlichkeit machen uns zu einem geschätzten Partner der Apotheken.

Mehr unter www.hermes-arzneimittel.com

Kontaktpersonen



Tanja Baierl / Mara de Andrade

Pressekontakt

ISGRO Themenraum GmbH

Hermes-Press@isgro.de

+49 (0) 621 40 17 12-19