Medikamente im Gepäck? Die passenden Unterlagen gehören dazu.

Zum Ausdrucken, in Ruhe Lesen und Abheften: Diese Zusatzinfos ergänzen deine persönliche Kompass-Liste. Sie sind keine Einreiseerlaubnis und ersetzen keine individuelle medizinische oder rechtliche Beratung.

Der kurze Vorab-Check

Wirkstoff, Reiseziel und Menge prüfen. Nicht jede Regel gilt für jedes Medikament. Berücksichtige auch Durchreiseländer, Aufenthaltsdauer und die Einstufung im Zielland. Kläre offene Fragen vor der Abreise mit Arztpraxis, Apotheke und der zuständigen Behörde.

Den aktuellen Medikamentenplan mitnehmen. Er hilft, deine Medikamente und ihre Anwendung nachvollziehbar zu machen. Je nach Land und Präparat können zusätzlich ein Rezept, eine ärztliche Bescheinigung oder andere Nachweise nötig sein. Ein Medikamentenplan ersetzt vorgeschriebene Bescheinigungen nicht.

Bei Betäubungsmitteln gesondert nachsehen. Für Reisen in Schengen-Staaten ist je nach Fall die ärztlich ausgestellte und behördlich beglaubigte Bescheinigung nach Artikel 75 relevant. EU und Schengen sind nicht dasselbe. Prüfe die aktuellen Vorgaben beim BfArM und im Zielland.

So bleiben die Unterlagen griffbereit

Lege Medikamentenplan, erforderliche Nachweise, Notfallkontakte und Versicherungsinformationen nach vorn in deinen Reise-Notfallordner. Aktualisiere geänderte Angaben. Bewahre Gesundheitsdaten geschützt auf und zeige sie nur dort, wo sie gebraucht werden.

Weiterlesen und offizielle Angaben

Länderübersicht mit weiteren Quellen auf Leas Website
https://www.draussenwirdsgehen.de/du-faehrst-ins-ausland-medikamente-im-gepaeck-dann-reist-der-medikamentenplan-mit/

BfArM: Reisen mit Betäubungsmitteln
https://www.bfarm.de/DE/Bundesopiumstelle/Betaeubungsmittel/Reisen-mit-Betaeubungsmitteln/_node.html

Norwegische Botschaft: Medikamente bei der Einreise
https://www.norway.no/de/germany/dienstleistungen-info/medikamente-bei-der-einreise-nach-norwegen/

Dänemark: Karte, Kronen und die kleinen Ausnahmen

Für andere Länder bitte separat prüfen. Diese Hinweise betreffen Dänemark und deine persönliche Kartennutzung - keine allgemeine Garantie für jede Verkaufsstelle.

Muss ich vorab Geld tauschen?

In Dänemark ist Kartenzahlung sehr verbreitet, auch bei kleinen Einkäufen. Vorab Geld zu tauschen ist deshalb nicht pauschal nötig. Prüfe trotzdem, ob deine Karte am Ziel akzeptiert wird und funktioniert. Plane eine passende Reserve für Ausnahmen oder technische Ausfälle ein.

Leas Erfahrung: Bei kleinen Selbstbedienungshäuschen am Straßenrand mit Eiern, Obst, Gemüse oder Selbstgemachtem sind ein paar dänische Kronen praktisch. Manche bieten digitale Bezahlwege an. Prüfe vor dem Einkauf, ob du diese mit deinem eigenen Konto überhaupt nutzen kannst. Ein MobilePay-Schild allein ist kein verlässlicher Bargeldersatz für deutsche Reisende.

Am Terminal: DKK statt Euro

Wirst du gefragt, ob du in Euro oder dänischen Kronen bezahlen möchtest, wähle die Landeswährung DKK und lehne die angebotene sofortige Euro-Umrechnung ab. Diese Umrechnung ist häufig mit einem ungünstigen Kurs oder Aufschlag verbunden.

Das bedeutet nicht automatisch gebührenfrei. Deine Bank oder dein Kartenanbieter kann eigene Fremdwährungs- oder Auslandseinsatzentgelte berechnen. Prüfe auch die Konditionen fürs Geldabheben. Maßgeblich ist deine konkrete Karte, nicht nur deren Markenlogo.

Vor der Abreise kurz prüfen

Kartenakzeptanz am Ziel · PIN · Kartenlimit · Gültigkeit · Fremdwährungsentgelt · Abhebegebühren · erreichbare Sperrnummer. Bewahre sensible Kartendaten sicher auf.

Offizielle Quellen zum Nachlesen

VisitDenmark: Bargeld und Kartenzahlung
https://www.visitdenmark.de/faq/bargeld

Visa: Reiseservices, darunter Bezahlung in Landeswährung
https://www.visa.de/support/consumer/travel-support.html

Ruhe mit einplanen: Übungsgebiete und Reizschutz

Ein schöner Platz auf der Karte ist nicht automatisch ein passender Platz für deine Kraftreserven. Geräusche, Wind, Wege und Rückzugsmöglichkeiten gehören deshalb mit in die Vorbereitung.

Wenn Menschen oder Hunde auf Knall empfindlich reagieren

An der dänischen Westküste, in Teilen der Lüneburger Heide und in anderen Regionen mit Übungsplätzen können militärische Aktivitäten die Umgebung beeinflussen. Prüfe vor der Buchung und noch einmal kurz vor der Ankunft die aktuellen offiziellen Übungs- oder Schießkalender für genau dein Zielgebiet.

Ein Kalender für Oksbøl sagt nichts Verlässliches über eine andere Region aus. Die Suchmaschine hilft beim Finden; maßgeblich sind die zuständige Stelle, aktuelle Bekanntmachungen und die Beschilderung vor Ort. Zeiten und Absperrungen können sich ändern. Sperren und Warnhinweise immer beachten.

Ein realistischer kleiner Plan B

Frag den Campingplatz nach der Lage und nach Rückzugsmöglichkeiten. Prüfe Alternativen, bevor die Kraftreserven knapp werden. Vertrauter Reizschutz und Ruhepausen können helfen; sie ersetzen aber weder sichere Abstände noch offizielle Hinweise. Wenn die Bedingungen nicht passen, darf auch ein anderer Platz oder ein anderer Termin die bessere Lösung sein.

Beispiel für eine offizielle regionale Quelle

Forsvaret: aktuelle Informationen zu Oksbøl / Kallesmærsk Hede
https://www.forsvaret.dk/da/oevelsesaktiviteter/reg-syddanmark/skydninger-i-oksboel/

Meine Vorbereitung für diese Reise

Zielgebiet / Campingplatz: _____

Offizielle Informationsstelle: _____

Vor der Abfahrt zuletzt geprüft am: _____

Mein Plan B / Rückzugsort: _____

Einmal lesen, vor der Reise aktualisieren

Diese Druckfassung hat den Stand 15. Oktober 2026. Vorschriften, Gebühren, Zeiten und Zuständigkeiten können sich ändern. Prüfe die verlinkten Originalquellen vor jeder Reise erneut. Deine Packliste findest du unter www.draussenwirdsgehen.de/draussen-kompass/.