

英国入境行前指导

第一次出国，是不是心里既兴奋又忐忑？看着眼前堆成小山的行李，还有那些需要提前准备的琐事，是不是有点手忙脚乱？别担心！这份超实用的英国留学行前攻略，就是你的“定心丸”。从行李打包到落地英国后的种种，统统帮你搞定，让你轻松开启这段奇妙的留学之旅。

一、证件类

- 护照原件及复印件
- 签证 EVISA（签证通过后可以尽快注册激活）
- 银行卡（提前在国内办好 VISA 或者 MASTER）
- 英镑现金 300 镑左右（带 100-300 英镑现金做备用金已经足够；禁止携带超过或等同于 1 万英镑的货币，货币类型包含：纸币，硬币，银行汇票，所有类型的支票等，入境就需要申办，否则可能面临超过 5000 英镑的罚款）
- 学校录取通知书（unconditional offer）+CAS Statement
- 肺结核检查报告（原件+复印件）
- 住房合同
- 身份证原件和复印件（出国后基本上以护照为准，身份证可以携带备用）
- 证件照（白底 2 寸证件照，电子版和纸质版都准备好）
- IHS 缴费单据或截图 PDF（可打印邮件 PDF）
- 电话卡（国内的手机号保号+提前开个国际漫游，因为后期很多 APP 以及银行卡都需要验证码；同时可以在淘宝提前买个英国电话卡，如 giffgaff 或 lebara，保存好激活码，落地后直接插卡使用）
- 提前熟知机票（若有转机）
- 学校宿舍/接机确认邮件
- 英文成绩单以及毕业证书学位证（用于部分学校注册）

二、衣物类

英国气候整体偏凉，大部分地区夏天也不算太热，冬天则湿冷多风。一年四季雨水偏多，需常被雨具。

1. 基础日常衣物

T 恤、衬衫、薄毛衣/卫衣：春秋常穿，可多带几件。

牛仔裤、休闲裤：耐穿百搭。

家居服、睡衣、内衣袜子：可以多带，英国买价格偏高。

2. 外套类

防水防风外套（冲锋衣或风衣）：应对多雨天气，必备。

羽绒服/厚外套：冬天需要，建议带一件轻便保暖型的。

西装外套/正装：有 presentation、面试或正式场合时需要。

3. 鞋类

运动鞋：日常穿，走路方便。

皮鞋/正装鞋：用于正式场合。

防水鞋/短靴：秋冬雨雪天气用。

拖鞋、室内鞋：宿舍或公寓里穿。

4. 配件

围巾、帽子、手套：冬天必备。

雨伞（最好带一把结实的，英国风大容易吹坏）。

背包/双肩包：上学、短途出行方便。

三、洗护用品&常用生活用品&药品

英国药妆店（Boots、Superdrug 等等）产品齐全，但初期熟悉不易，建议提前备好：

必带：

- 洗发水、护发素（旅行装）
- 沐浴露
- 牙刷牙膏梳子
- 浴帽、指甲剪、棉签
- 毛巾 & 干发巾
- 卫生巾等卫生用品
- 防晒霜（英国虽少阳光，但有紫外线）
- 电动牙刷（可充电式更方便）
- 隐形眼镜&美瞳

如有其他药品长期服用需求的学生，入学前申报药物使用情况：

需如实填写学校提供的 Medical Form（医疗信息表），包括：

- 所有正在服用的处方药或非处方药（OTC）
- 药品名称、剂量、用途、服药时间
- 是否有长期健康状况（如哮喘、癫痫、糖尿病、严重过敏等）
- 若患有长期疾病，学校通常要求提供医疗证明和健康管理计划（如 Health Care Plan 或 Individual Health Plan）

携带药品的要求：

英国海关允许携带自用药品，但对所带药品有严格限制：

若从国内带入药品，需注意：

- 药品需附有英文说明书或医生处方/建议信
- 包装完整，标注清晰
- 建议准备一份药品清单（中英对照），便于入关及校方查验
- 部分学校可能要求药品经由英国注册医生审查
- 仅允许携带 3 个月用量（超过 3 个月须提前向英国内政部申请个人药品许可证）
- △ 禁止携带或服用来源不明、无申报记录的药品，一经发现可能会被没收等。

可适量携带的药品（须申报）：

以下药品若确有需要，可按规定携带，务必配齐英文标签和申报：

- 感冒退烧药（别带含麻黄碱的，如白加黑，康泰克，泰诺等，容易被扣；可带如布洛芬对乙酰氨基酚等，这些药可以在英国的 Boots、Superdrug 买到）

- 过敏药（如抗组胺药）
- 肠胃药（如思密达、止泻药、消化酶类）
- 创可贴、碘伏棉球
- △ 温馨建议：入学前与学校确认其药品管理政策、校医流程及特殊申报方式；如学生需长期服药，建议提前准备相关医疗文件中英文版本，以便交予学校备案。

其他生活以及学习用品：

建议携带：

- 笔记本电脑
- 适配英国三孔插头的插座转换器（最好携带有 CE 标识的）
- 数据线 / 充电器 / 移动电源耳机
- U 盘或移动硬盘
- 手机下载电子词典或词典 APP（如 Oxford Learner's Dictionary）
- 圆珠笔（大部分英国学校仍需使用）
- 计算器（建议 Casio FX 系列，部分课程有指定型号）
- 活页本、笔袋、圆规尺子等（酌情携带）

英国文具虽然精致但价格偏贵，建议带足前几个周所需物资。

其他电器：

吹风机，烧水壶等可以提前网购小件可以装行李箱里飞机托运，大件实在带不了的话可以选择直邮至英国。

△ 禁止携带食品（参考英国移民局官网公布信息）：

<https://www.gov.uk/bringing-food-into-great-britain/print>

- 所有肉类及肉制品（包含猪、牛、羊、鹿、鸡等；腊肉、腊肠、香肠、火腿、鸡爪、牛肉干；熟食类三明治/饭团中含肉类；卤味、鸡汤包、罐头肉；任何含有肉制品的其他调料品，酱料等等）：
- 所有乳制品（不含配方婴儿奶粉）：牛奶、酸奶、奶酪、炼乳、含奶糖果奶油面包、蛋糕夹心
- 大多数新鲜水果蔬菜：包括苹果、火龙果、土豆、蒜头等生鲜果蔬香料原植物（如生姜、生辣椒）

❖ 可以携带的食品：

您只能携带以下无需植物检疫证书的物品入境：

- 菠萝
- 猕猴桃
- 椰子
- 柑橘类水果，如橙子、柠檬、酸橙和葡萄柚
- 金橘
- 柿子
- 榴莲
- 咖喱叶
- 香蕉
- 芒果
- 椰枣
- 百香果

- 番石榴
- 加工和包装的植物产品，例如包装沙拉或冷冻植物材料
- 去皮加工过的坚果或坚果酱
- 某些谷物，例如大米

每人最多可携带 2 公斤以下物品：

- 蜂蜜
- 因医疗原因需要的婴儿奶粉、婴儿食品或特殊食品（包括宠物食品）——只有在使用前无需冷藏且采用品牌、未开封的包装（除非正在使用）的情况下才可以携带入境
- 贝类，例如贻贝或牡蛎
- 蜗牛——必须经过腌制或去壳、煮熟和处理
- 青蛙腿 - 必须是青蛙背部（后部），去除皮肤和内脏
- 昆虫肉

每人最多可以携带 20 公斤的鱼，包括：

- 新鲜鱼 - 必须去内脏
- 鱼制品
- 加工鱼 - 必须经过干燥、煮熟、腌制或熏制
- 龙虾
- 虾

生鲜类检验非常严格，为了避免不必要的麻烦，建议尽量不要携带此类物品。

重点关注易混淆食品：

项目	是否可带	说明
方便面	✅ 选素食款	不含肉/蛋成分即合规
老干妈、酱料	✅ 小量可带	避免含肉或乳制品版本
中药	✅ 限量可带	含濒危物种须谨慎，需英文说明
牛肉干、猪肉松	❌ 禁带	明确属“肉制品”类
蛋黄酥、奶黄包	❌ 禁带	含蛋、奶制品，风险高
冰淇淋粉	❌ 禁带	通常含奶，归类为乳制品
鸡蛋糕	❌ 禁带	含鸡蛋，属禁带品类之一

如果你违反规则：

如果您向海关边境官员申报违禁食品，他们会将其没收并销毁。

如果您没有申报违禁食品，您可能会被罚款高达 5,000 英镑（在英格兰）或被起诉。

如果边境执法局认为以下情况，他们可以没收（“扣押”）您的产品：

1. 你非法携带物品入境



2. 你携带太多限制物品

3. 所携带的物品已被交叉污染，例如与肉中的血液交叉污染 - 如果物品所在的任何衣物或袋子被污染，它将被销毁

英国有非常严格的食品类入境规定，一旦查获违规，不仅会被全部没收，甚至会影响签证与入境记录。所以建议大家在携带物品的时候提前查看清除什么能带，什么不能带。建议提前准备食品成分英文列表、药品说明或医生信，防止边检误会。

在入境时，绿色通道表示“没带限制品/禁带品，无需向英国海关申报”，红色通道表示“有需要申报的物品，建议主动申报奶粉，中药等物品”。

紧急联系电话：

中国驻英国大使馆电话 | 伦敦

地址：31 PORTLAND PLACE, LONDON, W1B 1QD

电话：中国公民领事保护与协助咨询电话：020-72998439 或拨打+86-10-12308、+86-10-65612308

电话：020-72994049（仅接受一般性咨询，不回答领事侨务业务咨询）

中国驻曼彻斯特领事馆 | 曼彻斯特

地址：Denison House, 71 Denison Road, Rusholme, Manchester M14 5RX, United Kingdom

电话：0044-161-2489304 领事侨务：0044-161-2247443

中国驻曼彻斯特领事馆 | 爱丁堡

地址：55 Corstorphine Road, Edinburgh, EH12 5QG Scotland, U.K.

证件咨询电话：0131-3373220

24 小时领事保护与协助电话：0131-3374449