

Que prendre dans sa trousse à pharmacie ?

Il n'existe pas de trousse à pharmacie type.

Sa composition est à adapter en fonction du voyage.

Le matériel doit être placé dans une trousse protectrice solide et propre.

• Une trousse à pharmacie pourrait comporter :

>> vos médicaments habituels :

- transportez-les dans leur emballage d'origine et avec leur notice
- la totalité (ou au moins une partie) dans votre **bagage cabine**. Les objets coupants et piquants doivent être mis en soute.
- **en quantité supérieure à celle suffisante** pour la durée de votre séjour
- **avec une ordonnance** où figure le nom des médicaments en dénomination commune internationale (DCI).
 - sur place, pensez à les **protéger** du froid ou de la chaleur excessifs.
 - partez aussi avec un **compte-rendu médical** en anglais de votre situation (maladie, âge, grossesse, etc.)
 - pour **certains médicaments** (narcotiques, antalgiques opiacés) et le transport de seringues



et aiguilles, une lettre spéciale en anglais devra être rédigée par votre médecin.



>> des médicaments utiles :

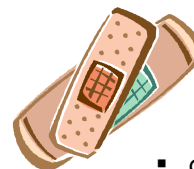
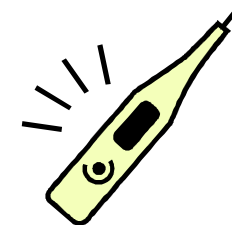
- contre la **douleur** et la **fièvre** (paracétamol de préférence à l'aspirine)
- pour pouvoir traiter une diarrhée sévère, une éventuelle infection urinaire, une angine, ... (**antibiotiques**)
- contre la **diarrhée** (antidiarrhéique antisécrétoire)
- contre les **nausées** si nécessaire (pour le mal des transports)
- contre les **allergies** (antihistaminiques)

>> également selon les cas :

- en cas de présence de **paludisme** dans le pays où vous vous rendez :
 - un traitement préventif contre le paludisme
 - un produit pour imprégner les moustiquaires et les vêtements
- pour les **enfants** :
 - les mêmes médicaments que l'adulte sous forme pédiatrique (éviter les suppositoires)
 - sachets de réhydratation type OMS
 - comprimés pour stériliser les biberons

>> autres produits :

- des **répulsifs** contre les moustiques
- un **thermomètre** incassable
- des lingettes et gel ou solution **hydro-alcoolique** pour l'hygiène des mains
- un produit pour **désinfecter de l'eau** de boisson (type Aquatabs)
- un **antiseptique** cutané
- une **collyre** antiseptique (conditionnement monodose)
- une crème **écran solaire** (indice de protection maximal)
 - une paire de **lunettes de soleil**
 - une crème pour les **brûlures**
 - des **pansements** stériles et sutures adhésives
 - des dosettes de **sérum physiologique** (unidose)
 - des **gouttes auriculaires** antibiotiques (si risque d'otite externe)
- des **épingles de sûreté**
- une **pince à épiler**
- une **bande** de contention
- des **lunettes de vue** de rechange
- des **préservatifs** (lubrifiés et norme NF)



• Pour les voyages prolongés ou en situation isolée :

- un **kit de suture de plaie** et un set de **matériel à usage unique** (aiguilles, seringues, matériel à suture, etc.) avec un certificat bilingue français/anglais à l'intention des contrôles douaniers
- un **kit dentaire**

