

# La trousse de secours.

Voir aussi : <http://senegalie.wifeo.com/france-senegal-en-voiture.php>

Elle doit contenir des produits et des médicaments correspondant aux affections courantes.

Votre trousse doit être simple, personnalisée et renouvelée régulièrement (dates de péremption +++):

il n'existe pas de trousse type, celle ci est un exemple et dans tous les cas, demander conseil à votre médecin ou votre pharmacien.

- Préférer une boîte hermétique
- Déconditionner les médicaments de leurs boîtes pour prendre moins de place mais s'assurer de leur dénomination et de leur péremption (notice et date).

## Matériel minimal

- Une paire de ciseaux
- Un thermomètre
- Une pince à épiler, des épingles à nourrice
- Pansements prévention/protection ampoules (Compeed, Urgo-Activ)
- Pansements adhésifs, compresses, bandes de contention (Velpeau, Urgo-Band)
- Désinfectant et antiseptique cutané (Bétadine, Dakin, Pharmadose)
- **Bandes adhésives** (Urgo-Strapping) :

## Médicaments (demander conseil à votre médecin) :

- Crèmes solaires et après solaires (peau et **lèvres**) à indices élevés (15 minimum)
- Brûlures : Biafine
- Démangeaisons : répulsifs moustiques, Parfenac, Apaisil, Eurax
- Collyres antiseptiques : Antalyre, Dacryosérum
- Anti-douleurs et anti-inflammatoires : Aspirine à croquer, Doliprane ou Efferalgan, Ibuprofène, Spasfon
- Antidiarrhéique : Tiorfan, Immodium, Arestal
- Pansement gastrique : Smecta, Maalox
- Gorge et nez : Actifed ou Rhinadvil, Lysopaïne

**Les produits cités ci-dessus sont des marques déposées ®**

**Cette liste, non exhaustive, ne constitue en aucun cas une ordonnance.**

Dans tous les cas :

- Vérifier la date de péremption de vos produits
- Adapter votre trousse à vos besoins
- Demander conseil à votre médecin (ou votre pharmacien).

[http://www.raidcourriersud.fr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=88&Itemid=](http://www.raidcourriersud.fr/index.php?option=com_content&view=article&id=88&Itemid=)