



# Trousse médicale de voyage

## Remarques préliminaires à lire attentivement

- 1 Les noms des produits chimiques et les noms de médicaments sont donnés à titre indicatif ; il en existe d'autres tout aussi efficaces : demandez conseil à un médecin ou un pharmacien.
- 2 Certains des produits et médicaments indiqués font l'objet de contre-indications. En conséquence, demandez l'avis d'un médecin ou d'un pharmacien avant de les utiliser ou lisez attentivement la notice d'utilisation si vous ne pouvez matériellement joindre un médecin ou un pharmacien.
- 3 Les noms marqués d'un astérisque (\*), correspondent à des noms de spécialités pharmaceutiques qui peuvent avoir des appellations différentes dans d'autres pays que la France.
- 4 Vérifiez que vous disposez de vos traitements habituels en quantité suffisante pour toute la durée de votre séjour (pilule contraceptive, insuline,...), voire un peu plus en cas de retour différé.
- 5 Consultez votre dentiste pour partir avec une dentition saine.
- 6 N'oubliez pas votre carnet international de vaccinations.
- 7 Munissez-vous de votre carte de groupe sanguin.
- 8 Souscrivez une assurance rapatriement sanitaire.



## PETITS MATÉRIEL DE SOINS ET PANSEMENTS

- Compresses stériles, sparadrap, pansements stériles hypo-allergéniques.
- Bandes de contention, bandes adhésives, épingles de sûreté.
- Garrot.
- Ciseaux, petite pince à épiler.
- Seringues et aiguilles à usage unique.
  - Antiseptique (Chlorhexidine).
  - Pommade antibiotique (Fucidine\*), pansement antibiotique (Antibiotulle\*).
  - Pommage antiprurigineuse.
  - Pansements hémostatiques (Coalgan\*).

Conseil médical aux voyageurs

Institut  
Pasteur  
de Lille 





## Suite...



### COSMÉTIQUES ET PRODUITS D'HYGIÈNE

- Thermomètre incassable.
- Bâtonnet de protection pour les lèvres.
- Ecran total pour protection solaire, chapeau de soleil.
- 2 paires de lunettes de soleil (surtout si vous portez des verres correcteurs).
- Traitement des coups de soleil (Biafine\*).
- Préservatifs.
- Répulsifs contre les moustiques : **voir notre notice technique sur la protection contre les piqûres d'insectes.**
- Filtre ou produit pour la désinfection de l'eau (Aquatabs\*, Micropur Forte\*) : **voir notre notice technique sur la protection contre les risques de l'eau.**
- Papier toilette, serviettes hygiéniques (denrées rares dans les pays du tiers-monde).
- Boules anti-bruit (Quies\*, Ear\*).



### MÉDICAMENTS

- Antalgique et antipyrétique (Paracétamol).
- Anti-nauséeux, antiémétique.
- Médicament contre le mal des transports.
- Antidiarrhéique (Tiorfan\*).
- Laxatif.
- Antispasmodique (Spasfon Lyoc\*).
- Antibiotique à large spectre.
- Collyre (Biocidan\*, Opticron\*).
- Produit de rinçage des yeux (Dacudoses\*).
- Gouttes auriculaires (Otofa\*).
- Somnifère léger.
- Antihistaminique.
- Antiseptique urinaire.

Selon le type de voyage (destination, durée, conditions), compléter la trousse, après avis médical, par des :

- médicaments pour la prévention (et éventuellement le traitement) du paludisme si vous séjournez en zone à risque,
- sels pour solution de réhydratation orale (en sachets, Fanolyte\* ; peut également être faite soi-même : 6 c. à café rases de sucre + 1/2 c. à café de sel dans 1 litre d'eau potable),
- médicaments contre le mal des montagnes (Diamox\*).

Demandez à votre médecin un certificat médical :

- si le traitement que vous suivez actuellement comprend des médicaments contenant de l'opium ou des dérivés d'opium,
- si vous transportez avec vous des seringues et aiguilles pour raison médicale.