



L'été,  
on protège  
sa santé.



## QUE DOIT-ON TROUVER DANS UNE TROUSSE À PHARMACIE LORS DU DÉPART EN VACANCES ?

En voyage ou lors d'un départ en vacances, pensez à prendre un minimum de précautions. Ci-joint, une liste non exhaustive :

→ En plus d'être en possession de vos ordonnances et médicaments en cas de traitement, prévoir :

- de soigner un mal de tête et des douleurs bénignes (paracétamol, ibuprofène)
- un antiseptique local de type chlorhexidine de préférence en dosettes
- sérum physiologique en dosettes
- pansements adhésifs
- bandes, compresses...
- aspi-venin
- pince à échardes et ciseaux
- crème à l'Arnica pour les coups et les chocs
- couverture de survie
- gel antiseptique pour les mains
- crème solaire
- crème pour apaiser les brûlures du soleil

→ Il est également prudent d'avoir :

- le carnet de santé avec les vaccinations à jour
- les certificats de vaccins obligatoires si voyage à l'étranger
- la carte de groupe sanguin
- l'attestation d'assurance et de rapatriement
- la carte vitale
- la carte de mutuelle
- la carte européenne si vous voyagez dans la communauté européenne

Pour emporter tous ces médicaments, prévoir un sac plastique avec fermeture, résistant et étanche.