

# Trousse à pharmacie de voyages

## Accessoires de base

- Paire de petits ciseaux
- Pince à épiler + Pince à tiques
- Thermomètre
- Épingles à nourrice
- Coupe ongle
- Mouchoirs jetables
- Coton / Coton tige
- Gants stériles
- Gel antibactérien
- Système pour filtrer l'eau
- Couverture survie
- Briquet
- 1 sac plastique

## Douleurs et/ou fièvre (tête, dent ...)

- Sans eau
  - Paracetamol
  - Ibuprofene
- Avec eau
  - Paracetamol
  - Ibuprofene
  - Aspirine

## Mal des transports

- Mercalm
- Cocculine
- Puresentiel Roller Mal des Transports

## Brûlures

- Tulle gras
- Pommade pour brûlures   
*Biafine*

## Irritations cutanée

- Protecteurs cutané   
*Oxyplastine, Bariéderm (uriage)*

## Piqûres et morsures

- Crème apaisante + 5/5 Roll-On Apaisant
- Crème à la cortisone (type Diprosone)
- Aspi venin

## Coups, hématome, blessures

- Lingettes + tube Arnica ou Hémoclar
- Granule arnica
- Lingettes désinfectantes / Spray
- Pansements + type compeed pour ampoules
- Sérum physiologique
- Ruban adhésif / Sparadra
- Compresses
- Crème cicatrisante

## Entorse, trauma

- Pommade anti inflammatoire   
*Voltarene, Niflugel*
- Bande

## Digestion (pb d'estomac, diarrhée, constipation)

- Traitement contre la diarrhée   
*Immodim / Tiorfan*
- Traitement contre les brûlures d'estomac   
*Gaviscon + Oméprazole*
- Traitement contre la constipation   
*Microlax*

## Spasme douloureux (digestive ou gynécologique)

- Spasfon

## Traitement les nausées et les vomissements

- Domperidone 10 mg

## Allergies diverses : rhinite, allergiques, urticaire

- Cétirizine 10 mg

## Infection urinaire

- Fosfomycine

## Infections de la peau (crème antibiotique)

- Crème antibiotique type acide fusidique

## Infections bactériennes de l'œil (conjonctivite ...)

- Tobrabact (Tobrex 0,3 %)

## Infections bactériennes de l'oreille

- Otipax

## Traitement de diverses maladies infectieuses

- Antibiotiques (type Amoxicilline 500 mg)

## Froid / Chaud

- Baume à lèvres
- Crème pour les mains
- Crème solaire

## Hygiène féminine

- Lingettes pour l'hygiène intime   
*Saforelle*
- Protections périodique   
*Serviettes / Tampon*
- Traitement local des mycoses intimes   
*Econazole – Gynopevaryl*

## Difficulté pour dormir

- Somnifères (Zopiclone 7,5 mg)
- Mélatonine pour aider à l'endormissement
- Masque pour les yeux
- Boules Quies / bouchons d'oreilles

Je rêve de ... **Voyages**

[Jerevedevoyages.com](http://Jerevedevoyages.com)