

Préparatifs et Assurances > Pharmacie de voyage

La pharmacie de voyage doit être adaptée à la destination, la durée et le type de voyage ainsi qu'au nombre de personnes qui vous accompagnent. Elle doit être stockée hors de portée des enfants, à l'abri des chocs et dans un lieu frais. Lisez bien le prospectus d'emballage avant d'utiliser un médicament afin d'éviter de possibles intolérances ou contre-indications. Observez les dates d'expiration indiquées sur les emballages. Une prudence particulière est requise lors de la prise de médicaments durant la grossesse. Votre médecin vous recommandera les médicaments qui vous conviennent et vous établira les ordonnances nécessaires. Attention : certains médicaments (analgésiques, codéine et dérivés de la morphine, stupéfiants, somnifères, stéroïdes, etc.) peuvent être interdits dans certains pays ou nécessiter un certificat médical.

Maladies préexistantes : provision généreuse des médicaments habituels que vous prenez régulièrement ou occasionnellement à la maison, à répartir dans des bagages séparés (sac à main et valise)

Prophylaxie contre le paludisme

- Médicaments anti-malariques: selon la destination
- Lotions et sprays anti-moustiques à appliquer sur la peau (ex: Exopic®, Anti-Brumm®, Nobite Extreme® ; enfant: Anti-Brumm sensitive®, Nobite sensitive® dès 2 ans)
- Insecticide pour les textiles (Nobite vêtements®)

Réactions allergiques (par exemple lors de piqûres d'insectes) : emportez toujours les médicaments d'urgence prescrits par votre médecin

Désinfection des mains : lotion hydro-alcoolique avec minimum 70% d'éthanol

Blessures

- désinfectant (ex: Ethanol 75%, Merfen®, Betadine®)
- matériel de pansement: sparadraps, gaze stérile, bandes adhésives
- bande élastique, agrafes pour bandes, épingles de sûreté

Instruments

- thermomètre dans un étui de sécurité,
- petits ciseaux
- pincette

Fièvre et douleurs : paracétamol (Dafalgan®, Panadol®) ou acide acétylsalicylique (Aspirine®), médicament anti-inflammatoire non stéroïdien (AINS) .

Système digestif

- médicament contre les diarrhées liquides sans fièvre, diarrhée du voyageur (ex: Imodium®; contre-indiqué chez les enfants de moins de 2 ans et déconseillé chez les enfants plus âgés sans un avis médical)
- diarrhée avec fièvre ou du sang dans les selles: consultez un médecin; évent. un traitement antibiotique court (ciprofloxacine, azithromycine) pour 1 à 3 jours
- chez les jeunes enfants et les personnes âgées, solution de réhydratation (ex : Oralpädon®, ELOTRANS®); chez les adultes des apports de liquide et de sel suffisent
- nausées, vomissements, mal des voyages (ex: Motilium®, Trawell®, autres)

Protection cutanée

- crème solaire avec indice de protection élevé (>20), selon votre type de peau, l'intensité des rayons, la durée d'exposition et l'activité prévue.
- démangeaisons après piqûre d'insecte (ex : Fenistil®, Tavegyl gel®)

Protection des yeux :

- lunettes de soleil, produits de nettoyage des lentilles
- conjonctivite : non purulente: gouttes oculaires (ex : Oculosan®); purulente (ex : Ciloxan®)

Refroidissement : gouttes nasales, spray nasal décongestionnant avant vols (ex: Trioфан®),

Nasivine®)

Allergies - saison de la destination? : prenez vos médicaments (anti-histaminiques, médicaments contre l'asthme, etc.)

Sida - infections sexuellement transmissibles : préservatifs ou Femidom®

Désinfection de l'eau : tablettes désinfectantes (ex : Aquatabs®, Micropur forte®)

Dernière mise à jour: 06.08..2015

Safetravel® ne peut remplacer le jugement de votre médecin ou pharmacien, ou d'un spécialiste en médecine tropicale, en particulier s'il s'agit de conseiller des personnes à risque. N'hésitez pas à le contacter. Il établira un plan de vaccination personnel et vous remettra des documents complémentaires. La prescription d'ordonnances médicales peut être faite par votre médecin ou par les centres de vaccinations.