



TROUSSE MEDICALE D'URGENCE

Symptomes	Classe thérapeutique	posologie	Quantité /équipe	Quantité/ Assistance
Fièvre, douleurs, maux de tête	Ou :Acide Acetyl salicilique : 500 or 1000 mg Ou :Paracetamol : 500 or 1000mg Ou : Dextropropoxifen/paracetamol : 30/400mg	3g/jour en 3 or 6 prises 3g/jour en 3 fois toutes les 8 heures 2cp x 4/j toutes les 6 ou 8 heures	2 doses* soit 3cp de 1g ou 6cp de 500mg	2 boites
Douleurs importantes	Paracetamol/codein 500/30mg	2cp x 3/j toutes les 8 h Risque de somnolence		2 boites
Trauma musculaire /articulaire	Ibuprofene 400 mg	3cp/j toutes les 8 h	6cp (2doses)	2 boites
Douleurs abdominales	Phloroglucinol (orodispersible)	2cp x 4 j toutes les 6 h		2 boites
diarrhée	Ou :Loperamide Ou :Racécadotril 100mg	2cp puis 1 après chaque diarrhée. Max 8/j 1cp puis 1 au repas . max 3/j		1 boite 1 boite
Diarrhée/ Douleurs abdominales	Diosmectite (smecta)	3 sachets/ j	3 sachets	1 boite
Nausée-vomissement	Ou :Metoclopropamide Ou :Metopimazine (orodispersible)	1cp x 3/j 2 à 4cp/j	1 doses (3cp)	1 boite
Allergie	Ou :Cetirizine Ou :Hydroxyzine (DCI) dichlorhydrate 25 mg	1cp/j 2 a 4 cp/j Risqué de somnolence	2 doses	1 boite
Ophthalmie - /irritation oculaire	Sodium chlorure 0,9‰ unidose Et :collyre : ex Céthexonium Et :compresse oculaire	Lavage de l'oeuil : x 5 /j 1 goutte X 3 ou 4 / j	2 doses	15 doses 1 dose 1
Saignement de nez	Gaze hemostatique			1 boite
Ampoule	Seconde peau : Compeed, spenco	Différentes formes et taille	5 unités	2 boites
Antiseptique	Ou :Iodo Povidone solution 10%(unidose) Ou :Hexamidine		5ml X 1 doses	10 doses + 125 ml 45ml + 300ml
Compresse	Compresse stériles		3 unités	20 unités
Compresse (2)	Compresse tulle gras bétadiné			2 unités
Bandages	Nylex, elastoplaste, coheban		1 rouleau	1 de chaque
	ciseaux		1	1
	Pince à épiler ...		1	1
	Poudre fongicide			1
Sun care	Ecran total indice mini 15			100g
Survival blanket			1	
Irritation/frottement	vaseline ...			1
Ampoules pieds	Creme NOK, Vaseline...			1
OPTIONNEL MAIS RECOMMANDE (confort)				
reflux Gastro intestinal	H2 antihitamic omeprazol			1
Antiseptique urinaire	Fosfomycine trometamol (mono dose)			1
Pomade Anti inflammatoire	Voltarene gel, ...			1
Pomade Antiseptique	Hexomedine, betadadine...			1

* signifie qu'il faut emporter pour 1 jour de traitement : Ex Paracétamol : 3g par jour soit 3 g pour 1 jour soit 3 cp à 1000mg ou 6 cp à 500 mg.