



Trousse de premiers secours

Que faut-il inclure ?

Votre armoire à pharmacie ne doit contenir que des médicaments de base, des fournitures de premiers secours et les traitements habituels pris par les membres de votre foyer.

Les **médicaments de base** comprennent :

- des antipyrétiques (paracétamol sous différentes formes, pour adultes ou enfants),
- un anti-inflammatoire (tel que l'ibuprofène),
- et un produit pour soulager les piqûres d'insectes (lotion à la calamine).

Tous les médicaments doivent être dans leur **emballage d'origine**, avec la notice (jamais de comprimés en vrac ou de produits sans étiquette).

Si un membre du foyer **prend régulièrement des médicaments**, seule la quantité nécessaire doit être conservée et rangée de manière ordonnée.

Pour soigner les **blessures** :

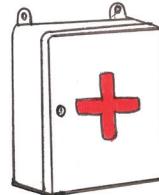
- un désinfectant (chlorhexidine),
- un paquet de gaze,
- du sparadrap,
- des pansements,
- et des ciseaux à bouts ronds.
- Il est conseillé d'ajouter des gants stériles pour prévenir d'éventuelles infections
- et un thermomètre.

C'est un bon endroit pour ranger les crèmes à appliquer **avant et après l'exposition au soleil**.

En cas de maladie, il sera nécessaire de consulter des professionnels de santé ; vous devez donc ajouter dans la trousse de premiers secours un bout de papier ou un autocollant avec le numéro d'urgence et **le numéro de votre centre de santé local**.

Où la ranger ?

- Dans un contenant compact qui protège bien son contenu.
- Elle ne doit pas être verrouillée ni comporter de codes qui rendent son accès difficile en cas de besoin.
- Dans un endroit **inaccessible aux enfants**.



Les enfants ne doivent pas avoir accès à la trousse de premiers secours



- Il doit s'agir d'un **endroit propre, sec, à l'abri de la lumière et de la chaleur**. Il n'est pas recommandé de le conserver dans la cuisine ou la salle de bain.

- Toutes les personnes susceptibles d'en avoir besoin doivent savoir où il se trouve.

Vérification de la trousse de premiers secours :

Elle doit être vérifiée régulièrement, en particulier les dates de péremption (**au moins tous les six mois**), et les articles qui ont été utilisés doivent être remplacés.

Apportez les médicaments dont vous n'avez plus besoin ou qui sont périmés à la pharmacie ou aux points de collecte de médicaments (**points SIGRE**).

La trousse de premiers secours n'est pas un endroit où stocker les restes de médicaments du passé.

Et dans la voiture ?

Dans la voiture, il suffit d'emporter des fournitures de premiers secours de base (désinfectant, gaze, bandages).

Surveillez l'état de ces fournitures, car elles peuvent être exposées à des températures extrêmes dans la voiture.

Et avant de partir en voyage ?

Avant de partir en vacances dans d'autres pays, il est nécessaire de s'informer et de consulter à l'avance les centres de prévention et de traitement des maladies tropicales.