

# Pharmacie de voyage

(médicaments à titre d'exemples)

## MALADIES

### Diarrhées

- **Imodium lingual**, traitement aigu  
> 12 ans : Laisser fondre sous la langue 2 capsules de suite puis 1 à chaque selle liquide.  
Max. 8 par jour.  
6-12 ans : Laisser fondre sous la langue 1 capsule de suite puis 1 à chaque selle liquide.  
Max. 3 capsules par 20kg par jour. (= 6mg/20kg/j)
- **Carbolevure**, traitement de fond  
> 12 ans : 1 gélule pour adultes 3×/jour.  
6-12 ans : 1 gélule pour adultes 2×/jour.  
1-6 ans : 1 gélule pour enfants 3×/jour.  
Nourrissons : 1 gélule pour enfants 1×/jour.
- **Lactibiane Voyage**, traitement préventif  
Avaler 1 gélule par jour avec le repas, pendant toute la durée du séjour.  
Commencez la veille du départ.

### Nausées, vomissements, troubles digestifs

- **Itinerol B6** (capsules adultes)  
> 12 ans : 1-2 supp. adultes ou 1-4 caps. par 24h  
6-12 ans : 1 supp. par 24h

### Douleurs et/ou Fièvre

- **Paracetamol 500mg**  
>12 ans (>40 kg) : Avaler 1-2 comprimés max. 4 fois par jour  
9-12 ans (30-40 kg) : Avaler 1 comprimé max. 4 fois par jour
- **Dafalgan sirop enfants** (Paracetamol)  
Donner 1 dose en fonction du poids de l'enfant maximum 4 fois par jour
- **Irifen 400mg** (Ibuprofen)  
>12 ans : Avaler 1 comprimé max. 3 fois par jour
- **Irifen Junior sirop** (Ibuprofen)  
Donner 1 dose en fonction du poids de l'enfant (voir boîte) maximum 3 fois par jour

### **Piqûre & Allergie**

- **Antibrumm forte spray** (ou tropical selon destination) pour repousser les insectes  
Protection jusqu'à 6h contre les moustiques indigènes et tropicaux  
jusqu'à 5h contre les tiques.
- **Allergel Galipro** jusqu'à 4 fois par jour localement
- **Ceteco 10mg** si réaction importante  
> 6 ans : 1 comprimé par jour
- **Feniallerg gouttes** si réaction importante  
> 6 ans (> 30 kg) : 20-40 gouttes max. 3x/jour  
3-12 ans (22.5-30 kg) : 15-20 gouttes max. 3x/jour  
1-3 ans (15-22.5 kg) : 10-15 gouttes max. 3x/jour
- **Moustiquaire imprégnée** anti-moustique
- **NoBite textile** anti-moustique pour les habits

### **Mal des transports**

- **Trawel** Chewing-gums, dès les premiers symptômes, mâcher 3 à 10 minutes NE PAS AVALER  
> 12 ans : max 6 Chewing-gums par jour  
8-12 ans : max. 3 Chewing-gums par jour
- **Itinerol B6** en prévention, 1 comprimé 1 heure avant le départ  
> 12 ans : 1 supp. adultes ou 1 caps. par 24h  
6-12 ans : 1 supp. enfants par 24h

### **Angine**

- **Angina MCC**, comprimés à sucer  
>6 ans : Faire fondre 1 comprimé dans la bouche toutes les 3 à 4 heures

### **Yeux secs**

- **Bepanthen collyre**, larmes artificielles (convient aux porteurs de lentilles de contact)  
Instiller 1-2 gouttes dans chaque œil plusieurs fois par jour

## ACCIDENT

### Plaie

- Nettoyage avec eau, savon et désinfection par **Merfen**
- Desmaplast Alginate** si la plaie saigne beaucoup
- Crème désinfectante et cicatrisante **Bepanthen Plus**
- Pansements**
- Steri-Strip** pour maintenir une plaie fermée
- Compresse Dermoplast compresse plus** avec **bande de gaze**
- Gants, ciseaux, pince**

Antidouleur si nécessaire (pas d'Aspirine)

### Brûlure

15-20 minutes sous eau froide

- Désinfection avec **Bepanthen Plus**

Antidouleur si nécessaire

### Foulure

- Application de froid avec **Perskindol cool spray**
- Galipro Sporting gel** pour les contusions et douleurs
- Bande élastique de maintien**
- si nécessaire maintien avec **Sam splint attelle universelle**

Antidouleur si nécessaire

### Cloques

- Pansement, Stick **Compeed**, **Sport Akileine NOK** anti frottement

### Autres

- Crème solaire** et **Après-soleil**
- Gel désinfectant**, désinfection des mains
- Micropur forte**, désinfectant pour l'eau
- Sucre de raisin **Sinergy**
- Gly-Coramin**, stimulant
- Clean-planet spray / lingettes**, désinfection des surfaces

**N'oubliez pas vos médicaments habituels en quantité suffisante  
Vaccins / Malaria ? Nous vous conseillons selon votre destination**

**BONNES VACANCES !**