

## **POUR NE JAMAIS ÊTRE PRIS AU DEPOURVU ...**

Un minimum de matériel vous évitera bien des désagréments :

- Matériel sanitaire : ciseaux, brucelles (pour enlever écharde, ...) thermomètre, pansements rapides ou sparadrap, coton hydrophile stérile, bande élastique, compresse de gaze, éventuellement matériel type "cold" pack (froid à appliquer en cas de coups, enflure ou entorse)
- Crème contre les brûlures et les écorchures, crème solaire (protection suffisante)
- Une solution type Parapic ou gel type Eucéta (piqûres d'insectes,) spray contre les piqûres, moustiquaire
- Un désinfectant qui ne "pique" pas (solution non alcoolisée)
- Paracétamol (gouttes ou suppositoires 15 - 20 mg/kg de poids jusqu'à 4 fois par jour, en cas de fièvre ( $T > 38.5$  rectal) ou de douleurs modérées (maux de tête, oreilles, ...).
- Eau physiologique pour nettoyer (yeux,...) ou éventuellement "déboucher" les nez enrhumés (mini-emballages à usage unique)
- Un antiallergique (Feniallerg gouttes) en cas d'allergie ou de réaction allergique (piqûre d'insecte, démangeaisons)
- Si nécessaire produit contre les maux de voyage (Itinérol B6 enfants p. ex.), un antitussif (Toplexil, Sinecod,...)
- De quoi préparer une solution de réhydratation en cas de diarrhées ou de vomissements (Normolytoral®)

### **IMPORTANT :**

- Conserver les médicaments dans un endroit sec, à l'abri de la lumière et surtout hors de portée des enfants.
- Devant tout soupçon d'intoxication, appelez le Centre suisse d'information toxicologique de Zürich (Tél. 145).
- Ne pas oublier la médication spécifique à votre enfant (asthme, diabète,...).