



Pharmacie de bord

Antalgie		
	DAFALGAN 500 mg et 1g comprimé (paracétamol)	< 12 ans: dose max par jour: 2g (= 4 x ½ comprimé) Dès 12ans: dose max par jour: 4g (= 4 x 1 comprimé)
	TRAMADOL 50 mg capsules (tramadol)	< 12 ans: pas recommandé, trop d'effets secondaires Dès 12ans: dose unitaire 50-100 mg, max. 400 mg/jour Attention : effets secondaires importants (nausées, vomissements, somnolence, ...)
Antiallergique		
	FENISTIL gel (dimetinden)	Dès 2 ans: appliquer 2 – 4 x par jour
	XYZAL comprimé (levocetirizin)	Dès 12 ans: 1 comprimé 1x/jour 6 ans - 12 ans: ½ comprimé 2x/jour
Antibiotiques (sur ordre médical)		
	Clarithromycin 250 mg (clarithromycinum)	Dès 12 ans: 250(–500) mg toutes les 12 h., indépendamment des repas
	Co-Amoxi-mepha (amoxicillinum/acidum clavulamicum)	Dès 12 ans: 2x 1 g au max 3 x 1g, au début des repas avec au moins un demi-verre d'eau (comprimé sécable)
	Furadantin Retard (nitrofurantoïne)	Dès 18 ans: 1 caps. 2–3x/j., pendant 7–10 j, avec les repas.
Antiinflammatoire		
	ALGIFOR 200 mg comprimé (ibuprofène)	Dès 12ans: 200-400 mg, en cas de besoin toutes les 4-6 h. Dose journalière max.: 1200 mg. 6 mois - 12 ans: 20-max. 30 mg/kg/jour en 3-4 prises
	OLFEN gel - VOLTAREN patch (diclofenac)	Dès 12 ans : 1 patch 2x/jour pendant max. 14 jours ou appliquer le gel 3-4x/jour
Brûlures		
	FLAMMAZINE pommade (sulfadiazine d'argent)	Dès18 ans: 1x/jour, en couche de 2-3 mm, év. recouvrir avec une compresse stérile
Intestins - estomac		
Constipation	DULCOLAX Bisacodyl dragée (bisacodyl)	Dès 12 ans: 1-2 dragées par jour 4 ans -12 ans: seulement sur prescription médical
Diarrhée	IMODIUM lingual comprimé (loperamid)	Dès 12 ans : au début 2 comprimés, puis 1 comprimé après chaque selle non formée, max. 8 comprimés par jour 6 ans -12 ans : au début 1 comprimés, puis 1 comprimé après chaque selle non formée, max. 8 comprimés par jour
Mal de mer		
	ITINEROL B6 suppositoire (meclozine)	Dès 12 ans: 1 h avant le départ 1 suppositoire adulte 6 ans -12 ans: 1 h avant le départ ½ suppositoire adulte
	STUGERON 25 mg comprimé (cinnarizine)	Dès 12 ans: 1 comprimé minimum ½ h avant le départ, puis selon besoin toutes les 6 h, max. 150 mg/jour Personnes sensibles: éventuellement la veille 3x1 comprimé 4 ans - 12 ans: moitié de la dose, soit ½ comprimé



Pharmacie de bord

Problème oculaire (irritations, inflammation non bactérienne, fatigue)

	COLLYPAN goutte <i>(tetryzoline, zinc, plantes)</i>	Dès 12 ans : 1-2 gouttes 2-3×/jour
--	--	------------------------------------

Myorelaxant (relaxant musculaire)

	SIRDALUD 2 mg comprimés <i>(tizanidin)</i>	Dès 12ans: dose unitaire 2-4 mg 3(-4)×/jour < 12 ans: pas recommandé, trop d'effets secondaires Attention : somnolence
--	---	--

Problème ORL

Gorge	MEBUCAÏNE cpr à sucer <i>(cetylpyridine, lidocaïne)</i>	Dès 6 ans: au début 1 comprimé à sucer par heure, puis 1 comprimé à sucer toutes les 3-4 h.
Nez	NASIVINE spray nasal <i>(oxymetazoline)</i>	Dès 6 ans: 1 jet dans la narine 1 à 3 × par jour
Oreille	OTIPAX goutte <i>(phenazone, lidocaïne)</i>	Dès 1 an: 4 gouttes 2-3×/jour pendant max. 10 jours Attention : ne pas mettre de gouttes avant la visite médicale, ni si il y a un écoulement de liquide qui sort de l'oreille (otite perforée).

Peau (dermatose, lésion cutanée, brûlure légère, écorchures, eczéma, rougeur, ...)

Herpès, bouton de fièvre	AVIRAL crème <i>(aciclovir)</i>	Dès 2 ans: 5 x par jour à intervalles de 4 h pendant 4-10 jours
	BEPANTHENE crème <i>(dexpanthenol)</i>	Appliquer 1 à plusieurs fois par jour
	BETADINE solution <i>(povidone iodé)</i>	Désinfection de la peau, des muqueuses et des plaies: laisser agir pendant 2-3 min.
Cortisone + antibiotique	DIPROGENTA crème <i>(betamethasone, gentamycine)</i>	Dès 2 ans : appliquer 2 fois/jour sur les zones cutanées atteintes et frictionner doucement. .
	KAMILLEX Liquidum <i>(extrait de camomille)</i>	Pour badigeon, gargarisme, compresse, irrigation
	MERFEN spray solution aqueuse <i>(chlohexidine)</i>	Désinfection des plaies, des petites blessures, des brûlures du 1 ^{er} degré et des piqûres d'insectes
	NACL 0.9% solution stérile <i>(chlorure de sodium)</i>	Pour rinçage de plaie

Pansements et autre matériel de soins

- BISTOURI (lames et porte-lames)
- CISEAU à pansement et CISEAU pointu
- COMPEED (protection contre les cloques/ampoules)
- COMPRESSES 7.5cm x 7.5cm stériles
- COUVERTURE DE SURVIE
- DERMAPLAST pansements
- MEFIX autocollant 10 cm
- OMNISTRIP (= steri-strip) adhésif suture 6x76mm stériles
- PINCE à écharde et PINCETTE anatomique 14 cm
- SET DE SOINS petit et CUPULE stérile
- TAMPONS ronds stériles
- THERMOMETRE
- URGOPORE (= isopore) rouleau adhésif

**Set d'anesthésie locale et fil de suture :
A utiliser uniquement par un médecin diplômé**