Checklist pour votre pharmacie de voyage

Nous avons développé une liste pratique pour réaliser votre pharmacie de voyage afin de ne rien oublier d'important. Vous pouvez imprimer la liste et cocher tous les produits et accessoires qui se trouvent déjà dans votre trousse. Bon voyage !

Produits anti-insectes et anti-tiques

- O Anti-insectes (par ex. Anti-Brumm®)
- O Gel apaisant pour les piqûres d'insectes
- O Médicament contre les réactions allergiques
- O Éventuellement moustiquaire

Protection solaire

- O Protection solaire (aussi pour les lèvres)
- O Réparation après-soleil
- O De quoi couvrir la tête, des lunettes de soleil, des vêtements anti-UV

Plaies et égratignures

- O Désinfectant, crème désinfectante
- O Paire de ciseaux et pince à épiler
- O Pansements et bandages

Estomac et nausées

- O Médicament contre la diarrhée
- O Médicament contre la constipation
- O Médicament contre les nausées
- O Solution de réhydratation orale

Fièvre et rhume

- O Médicaments anti-douleurs et contre la fièvre
- O Thermomètre
- O Spray pour le nez et médicament contre le rhume
- O Médicament contre les douleurs aux oreilles
- O Médicament contre la toux et les maux de gorge

Équipement supplémentaire

- O Gouttes pour les yeux
- O Bouchons d'oreilles anti-bruit
- O Médicament préventif contre la malaria
- O Antibiotiques
- O Désinfectant pour les mains
- O Contraceptifsl
- O Vos médicaments usuels

Avant le départ :

- O Vérifier la date de péremption des médicaments
- O Emmener vos médicaments dans leur emballage original, avec la notice
- O Emmener les cartes et les numéros de téléphone des assurances maladies à l'étranger et de l'assurance rapatriement
- O Noter le numéro Rega (pour les donateurs Rega)
- O Si nécessaire, se faire vacciner

Informations concernant les bagages à main
Il est conseillé de toujours placer vos médicaments importants dans votre bagage à main.
Pour de grandes quantités liquides (plus de 100 ml), il vous faut une confirmation écrite de votre médecin traitant.