



Pharmacie

CHECKLIST



INDISPENSABLES

- PARACÉTAMOL OU IBUPROFÈNE
- PANSEMENTS + COMPRESSES STÉRILES
- DÉSINFECTANT ANTISEPTIQUE (BISEPTINE OU SPRAY)
- SÉRUM PHYSIOLOGIQUE (YEUX, PLAIES, NEZ)
- POMMADE CICATRISANTE (BEPANTHEN OU CICALFATE)
- THERMOMÈTRE DIGITAL COMPACT
- PRÉSERVATIFS



CONTRE LA CHALEUR ET L'HUMIDITÉ

- CRÈME SOLAIRE SPF 50+
- TRAITEMENT CONTRE LA MYCOSE/IRRITATIONS CUTANÉES
- POUDRE ANTIFONGIQUE OU TALC ABSORBANT

EN CAS DE BLESSURE

- BANDES ÉLASTIQUES
- COMPRESSES
- PINCE À ÉPILER
- PAIRE DE CISEAUX (SOUTE !)
- COLLYRE ANTISEPTIQUE
- ARNICA OU BAUME DU TIGRE
- GEL ANTI-INFLAMMATOIRE
- MÉDICAMENTS PERSONNELS SUR ORDONNANCE



CONTRE LES TROUBLES DIGESTIFS

- ANTDIARRHÉIQUE
- PROBIOTIQUES/LEVURE DE BIÈRE
- ANTISPASMODIQUE (SPASFON)
- ANTIVOMITIF (VOGALIB OU ÉQUIVALENT)
- SELS DE RÉHYDRATATION ORALE

CONTRE LES MOUSTIQUES

- SPRAY ANTI-MOUSTIQUES TROPICAUX (DEET)
- CRÈME APAISANTE (APAISYL, AFTERBITE)
- MOUSTIQUAIRE IMPRÉGNÉE
- VÊTEMENTS LONGS

VÉRIFIER LES VACCINS RECOMMANDÉS SELON VOTRE DESTINATION



BON VOYAGE AVEC LE BLOG DES AVENTURIERS !