



Trousse à pharmacie

(Extrait des recommandations du Haut Conseil de la Santé Publique 2018)



Il n'existe pas de trousse de pharmacie type. Sa composition est à adapter en fonction du voyage. Les médicaments doivent être emportés dans leur emballage et non pas en vrac (gain de place dans les bagages mais source possible d'erreurs).

La trousse à pharmacie pourrait comporter notamment :

• **Des médicaments systémiques :**

- antalgique et antipyrétique (le paracétamol est préférable) ;
- antibiotique (cf. encadré ci-après) ;
- Sels de réhydratation, antidiarrhéique antisécrétoire éventuellement ;
- antiémétique si nécessaire (pour le mal des transports) ;
- antihistaminiques dernière génération (antiH1).

• **Une protection contre le paludisme et les arboviroses :**

- répulsif contre les moustiques ;
- produit pour imprégner les moustiquaires et les vêtements ;
- antipaludique à usage préventif (ou éventuellement présomptif).

• **D'autres produits :**

- collyre antiseptique (conditionnement monodose) ;
- crème pour les brûlures ;
- pansements stériles et sutures adhésives ;
- antiseptique cutané ;
- dosettes de sérum physiologique (unidose)
- crème écran solaire (indice de protection maximal IP 50+) ;
- bande de contention ;
- gel ou solution hydro-alcoolique pour l'hygiène des mains ;
- thermomètre incassable ;
- pince à épiler ;
- préservatifs (norme NF) ;
- produit pour désinfection de l'eau de boisson ;
- gouttes auriculaires antibiotiques (si risque d'otite externe) par exemple en cas de baignade ;
- set de matériel à usage unique (aiguilles, seringues, matériel à suture, etc.) (avec un certificat bilingue français/anglais à l'intention des contrôles douaniers).

Les formes liquides ou suppositoires ne sont pas préconisées.

La galénique et le dosage des produits doivent être adaptés à l'âge.

Cas particuliers

• **Pour l'enfant**

La trousse à pharmacie doit comporter :

- les mêmes médicaments (présentés sous leur forme pédiatrique) avec leur mode d'utilisation ;
- les produits suivants supplémentaires :
 - crème solaire ayant un indice élevé de protection (IP 50+) ;
 - sachets de réhydratation type OMS (Unicef) ;
- il convient d'éviter les suppositoires.

• **Pour le voyageur atteint d'une ou plusieurs maladies chroniques**

La trousse à pharmacie doit associer en plus des traitements liés au voyage :

- le traitement des pathologies chroniques en quantité suffisante ;
- le matériel d'injection si nécessaire (diabétiques) avec un certificat médical.

Il est souhaitable que le voyageur dispose de la totalité de son traitement pour le séjour, voire plus en cas de retard au retour ou de perte. Pour de longue durée (3-6 mois), une autorisation de délivrance doit être demandée à l'Assurance maladie.

Il est préférable que les médicaments voyagent dans le bagage à main en cabine, du fait du risque d'égarement ou de retard des bagages en soute. Il faut pouvoir disposer des ordonnances (rédigées avec la dénomination commune internationale) pour les contrôles et un éventuel achat sur place.

Les traitements qui requièrent des seringues, aiguilles ou stylos injecteurs peuvent être acceptés en cabine avec un certificat en anglais précisant le caractère indispensable des injections. Certains médicaments doivent être gardés à basse température et voyager en conditionnement isotherme (se renseigner auprès des compagnies aériennes)

La fréquence des médicaments contrefaits dans beaucoup de pays exotiques doit inciter la plus grande prudence quant à l'utilisation de médicaments achetés sur place.

• **Pour les voyages à risque particulier**

Proposer une trousse à pharmacie sur mesure comprenant notamment en sus des propositions ci-dessus :

- antipaludique à usage présumptif si nécessaire;
- produit pour désinfection de l'eau de boisson ;
- gouttes auriculaires antibiotiques (si risque d'otite externe) par exemple en cas de baignade ;
- set de matériel à usage unique (aiguilles, seringues, matériel à suture, etc.) (avec un certificat bilingue français/anglais à l'intention des contrôles douaniers).

Antibiotiques

Dans le contexte croissant de l'antibiorésistance pour des germes communs ou des pathologies du voyage, il paraît important de ne délivrer des antibiotiques qu'en formulant certaines recommandations : ils doivent être utilisés en cas de d'accès aux limité soins, et toute antibiothérapie nécessite un diagnostic médical. Les modalités de prise de l'antibiotique (posologie, durée, conditions d'arrêt) et le contexte (diagnostic possible) de la mise en route de l'antibiothérapie doivent être explicités.

Le choix d'un antibiotique, si jugé nécessaire, doit s'établir sur plusieurs critères :

- lieu et durée de voyage
- accessibilité aux soins
- antécédents personnels de l'individu
- site potentiel d'infection selon les susceptibilités individuelles, les risques encourus.

Il est recommandé de se référer aux règles de bon usage des antibiotiques.