

Check-list pour une pharmacie familiale bien pourvue

Premiers secours & prise en charge des accidents

- Pansements de différentes tailles
- Désinfectant pour les plaies
- Pommade cicatrisante
- Compresses stériles
- Bandes de gaze, bandes élastiques
- Écharpe triangulaire
- Ciseaux à bandage
- Épingles de sûreté, sparadrap
- Désinfectant pour les mains

Trousse à pharmacie pour les enfants

- Thermomètre pour bébé
- Antidouleurs en dosage adapté à l'âge (sirop ou suppositoires pour enfants, selon l'âge)
- Pommade contre les maux de ventre ou les coliques
- Baume doux contre les refroidissements
- Pommade douce pour les plaies
- Désinfectant doux pour les plaies
- Sérum physiologique/gouttes pour les yeux et le nez pour enfants
- Pansements pour enfants avec motifs colorés
- Liste des numéros de téléphone essentiels en cas d'urgence (p. ex. cabinet médical, permanence médicale, numéro d'urgence général, centre antipoison)

Piqûres d'insectes & allergies

- Gel apaisant (rafraîchissant) pour piqûres d'insectes et irritations cutanées
- Appareil anti-démangeaisons
- Antihistaminiques (p. ex. contre le rhume des foins)
- Auto-injecteur d'adrénaline type EpiPen (en cas d'allergies graves, p. ex. aux piqûres d'abeilles)

Rhumes & grippe

- Sirop pour la toux
- Gouttes nasales, spray nasal décongestionnant
- Médicaments contre les maux de gorge (p. ex. pastilles à sucer ou sprays)
- Médicaments contre la fièvre et la douleur (p. ex. paracétamol, ibuprofène)
- Médicaments combinés contre le rhume (p. ex. à l'aspirine et à la vitamine C)
- Thermomètre médical

Système digestif

- Comprimés contre la diarrhée
- Laxatifs contre la constipation
- Comprimés à mâcher ou suppositoires contre les nausées
- Poudre électrolytique au glucose en cas de diarrhée
- Médicaments anti-acides contre les brûlures d'estomac
- Médicaments antispasmodiques contre les douleurs abdominales

Blessures sportives & douleurs

- Gels apaisants (p. ex. arnica, gels rafraîchissants et chauffants)
- Compresses froides, bouillottes et patchs chauffants
- Bandages élasto-compressifs pour strapping
- Pommades antidouleurs (p. ex. à l'ibuprofène ou au diclofénac)
- Poches de gel pour application de froid (contusions et entorses)