



TROUSSE À PHARMACIE - DÉPLACEMENTS PROFESSIONNELS À L'ÉTRANGER

Je voyage, je m'informe

PREMIERS SECOURS

- Solution hydroalcoolique pour l'hygiène des mains, sans rinçage
- Chlorhexidine aqueuse incolore à 0,05 % en flacon unidose : pour désinfecter la moindre plaie ou éraflure
- Pansements stériles de tailles diverses
- Compresses stériles
- Sérum physiologique en flacon unidose
- Pince à épiler
- Sutures adhésives
- Ciseaux et épingles à nourrice
- Bande de contention
- Comprimés de purification d'eau
- Masques FFP1 ou FFP2, masques chirurgicaux
- Chaussettes ou bas de contention classe 2
- Paracétamol (éviter aspirine et anti-inflammatoires)
- Crème pour traitement des coups de soleil et brûlures
- Crème solaire, chapeau (pas de casquette qui ne protège pas les oreilles), lunettes de soleil
- Préservatifs
- Thermomètre

POUR LES YEUX

- Collyre antiseptique (pour lavage oculaire) en flacon unidose

EN CAS D'ALLERGIE

- **Allergie cutanée** : crème corticoïde (également utile en cas de piqûre de moustique)
- **Allergie plus générale** : antihistaminique H1
- **En cas de rhinite ou de sinusite** (en particulier dans les minutes **précédant** un vol aérien) : corticoïde nasal
- **En cas de choc anaphylactique** : adrénaline en stylo auto-injecteur (uniquement sur prescription médicale)



www.thalie-sante.org

PROTECTION PERSONNELLE ANTIVECTORIELLE* (DIURNE ET NOCTURNE)

- Spray anti-moustiques spécial textile
- Lait ou spray anti-moustiques pour visage et corps
- Moustiquaire imprégnée d'insecticide + système de fixation
- Chimio prophylaxie antipaludique (se référer à la [carte interactive du site de l'Institut Pasteur de Lille](#))

ANTIBIOTIQUES

- Azithromycine
- Amoxicilline

POINTS DE VIGILANCE ET PRÉCONISATIONS

TOUTE FIÈVRE PENDANT LE SÉJOUR OU DANS LES SIX MOIS APRÈS LE RETOUR D'UN PAYS IMPALUDÉ EST UN ACCÈS PALUSTRE JUSQU'À PREUVE DU CONTRAIRE :

- Éviter impérativement aspirine et anti-inflammatoires (utiliser du paracétamol)
- Consulter immédiatement dans un centre de médecine des voyages ou dans un service de maladies infectieuses pour un dépistage spécifique
- La consigne est la même pour les pays touchés par la dengue ou le chikungunya

PATHOLOGIES CHRONIQUES :

Le traitement des pathologies chroniques doit être prévu pour **la durée du séjour + 8 j.**

EN CAS DE CYSTITITE :

- Boire 2 litres d'eau par jour
- Antibiothérapie probabiliste en cas de signes cliniques

PRÉVENTION ET PRISE EN CHARGE DE TROUBLES DIGESTIFS :

- En fonction du contexte : désinfecter l'eau avec un dérivé chloré ou utiliser un filtre portable
- En cas de nausées : molécule antiémétique-anti-reflux
- En cas de brûlures gastriques ou rétro-sternales : pansement digestif (éviter les antisécrétoires gastriques qui réduisent l'efficacité antibactérienne du suc gastrique)
- En cas de diarrhée :
 - Hydratation abondante et apport de sucre et de sel (thé sucré, jus de fruits, gâteaux secs salés), alimentation à base de riz et carottes.
 - Antisécrétoire intestinal TIORFAN®
 - Antidiarrhéique ralentisseur du transit intestinal
- Si forme sévère (>6 selles/j, sang, fièvre, glaire) :
 - pas d'antidiarrhéique ralentissement du transit intestinal
 - antibiothérapie adaptée au pays.

Une diarrhée qui s'accompagne de torpeur, de soif, de fièvre ou de sang dans les selles nécessite rapidement un avis médical.

* La protection personnelle antivectorielle peut se définir comme l'ensemble des mesures prises à l'échelle individuelle pour se protéger contre la piqûre des arthropodes vecteurs d'un agent bactérien, viral, ou parasitaire.



www.thalie-sante.org



Thalie Santé
LA CULTURE DE LA PRÉVENTION