

# Trousse de secours pour les séjours à la montagne

## Petit matériel



- Couverture de survie
- Compresses stériles
- Pansements prédécoupés
- Pansement hydro-colloïdes pour les ampoules
- Pansements hémostatiques
- Sparadrap hypoallergénique
- Bandes extensibles (type velpeau ou nylex)
- Bandes adhésives élastiques pour strapping
- Ciseaux à bouts ronds et pince à échardes
- Bandelettes de suture
- Préservatifs
- Gants à usage unique
- Thermomètre médical
- Tire-tique
- Pompe aspirant le venin

## Médicaments



- Antiseptique cutané
- Solution de lavage oculaire
- Pommade contre les contusions
- Décontracturant contre les courbatures
- Crème thermoactive en prévention des courbatures
- Gel anti-inflammatoire local
- Bombe de froid
- Paracétamol, ibuprofène en cas de douleur
- Anti diarrhéique
- Antihistaminique (voie cutanée et voie orale)
- Laxatif
- Antiacide
- Crème contre les brûlures
- Crème contre les contusions
- Crème pour le soin des pieds
- Alcool de menthe et morceaux de sucre

## Protection solaire



- Crème solaire
- Stick à lèvres solaire