LA TROUSSE DE SECOURS EN VACANCES

La trousse de secours est un élément indispensable pour passer de bonnes vacances.
Elle s'avère souvent utile en cas d'accidents,qu'ils soient bénins(coupures, bosses,échardes…) ou plus sérieux (fractures,entorses,hémmoragies).
Comment bien préparer sa trousse de secours ? Ce qui est certain c'est qu'en fonction de votre destination et/ou des activités prévues il faudra en adapter le contenu.
Elle doit contenir au minimum=

- du sérum physiologique en unidose
- un flacon d'antiseptique cutané non coloré (en spray ou en unidose)
- une pommade anti-démangeaison pour les piqûres
- de la crème solaire
- des compresses stériles
- du sparadrap et élastoplast
- des pansements de différentes tailles
- des pansements hémostatiques
- des pansements gras en cas de brûlure
- des pansements pour ampoules
- des bandes extensibles (types velpeau ou nylex)
- des gants à usage unique
- une paire de ciseaux à bouts ronds
- les carnets de vaccination
- un thermomètre
- une couverture de survie
- une attelle gouttière (pour immobiliser un membre)
- pince à échardes/ pince tire-tique

Date de dernière mise à jour : 18/07/2019 **Auteur :** Laure BETUING et Virginie CONTINI