

# Ma pharmacie de voyage



Famille: .....

Coordonnées domicile:

.....  
.....

Coordonnées vacances:

.....  
.....

Nom et coordonnées du médecin traitant / pédiatre:

.....

## Produits à emporter

### Pour nettoyer & désinfecter

Un antiseptique local ou des packs (antiseptique + compresses stériles)

**A commander**

**Ok**

Une pommade antiseptique et cicatrisante (type Cicatryl)

Un collyre antiseptique (pour les yeux)

### Pour lutter contre la fièvre et la douleur

Du paracétamol en sirop et/ou en suppositoires

### Pour protéger et apaiser

Un lait écran solaire à large spectre

Une crème après-soleil

Une crème « cold cream » pour hydrater (type crème Croix-Rouge)

Un gel au calendula pour apaiser et adoucir

**Notes**

# Ma pharmacie de voyage



- |   |                          |                          |
|---|--------------------------|--------------------------|
| Un gel ou une lotion contre les piqûres d'insecte     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Un antihistaminique en sirop                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Des sachets de sels de réhydratation                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Un gel à base d'arnica (pour les bleus et les bosses) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Un traitement contre le mal des transports            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Un traitement contre les coliques si bébé y est sujet | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Une crème apaisante pour les poussées dentaires       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Un shampoing doux                                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Une huile de bain hydratante                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

## Les indispensables

- |  |                          |                          |
|--|--------------------------|--------------------------|
| Un thermomètre électronique ou auriculaire | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Des sparadraps                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Des compresses stériles                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Des ciseaux à bouts ronds                  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Une pince à épiler                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Une tétine de rechange                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Du sérum physiologique                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |