

# Fiche n°1. La trousse de secours



Les éléments ci-dessous constituent une base que vous pourrez faire varier selon son utilité réelle (trousse de vacances, de voiture) et vos besoins.

- ✓ N'oubliez pas d'indiquer où se trouve votre trousse par un pictogramme autocollant.

## Protection

- Gants stériles à usage unique
- Masque « filtre » de protection buccale
- Couverture isotherme (de survie)

## Plaies/Brûlures/Hémorragies

- Pansements occlusifs
- Compresses stériles
- Bandage triangulaire
- Bande de gaze élastique
- Sparadraps hypoallergéniques
- Pansement compressif
- Pansements contre les ampoules
- Bandage tubulaire (pour les doigts)
- Bande de fixation cohésive
- Adhésif pour pansements

## Hygiène

- Flacon d'alcool de désinfection
- Lingettes nettoyantes

## Divers

- Épingles de sûreté
- Paire de ciseaux
- Pince à épiler et échardes
- Thermomètre médical
- Éventuellement certains médicaments personnels d'urgence, tels que des antiallergiques
- Feuille et Bic
- Rasoir
- Sérum physiologique
- Cold pack à usage unique

## Piqûres d'insectes

- Pince à tiques
- Pommade calmante (avis à demander au pharmacien ou au médecin)

