



Numéros d'urgence

Equipement de base de la pharmacie de ménage

Médicaments

- _ Un analgésique de la médecine conventionnelle qui agit rapidement en cas de fortes douleurs. Les analgésiques qui peuvent être pris sans eau sont très utiles en voyage.
- _ Un médicament fébrifuge conventionnel, qui combat aussi la douleur, à prendre par exemple sous forme de boisson chaude. En complément, un mélange spagyrique ou une préparation homéopathique.
- _ Un spray nasal, de préférence un produit de la médecine complémentaire.
- _ Des pastilles contre le mal de gorge, de préférence un produit de la médecine complémentaire.
- _ Un médicament contre la diarrhée, comme des comprimés de charbon, ainsi qu'un probiotique afin de restaurer la flore intestinale.
- _ Un remède contre la constipation. Des dragées conventionnelles, des suppositoires ou un sirop, lesquels agissent assez «brutalement» et soulagent rapidement en cas de brusque constipation. Attention: la constipation chronique se soigne autrement, demandez conseil à votre droguiste.
- _ Un remède contre les nausées et les vomissements, par exemple des granules homéopathiques pour l'estomac et l'intestin ou un mélange spagyrique, deux produits que vous pouvez aussi administrer aux enfants.
- _ Si besoin, un médicament contre les brûlures d'estomac.
- _ De l'acétate d'alumine pour soigner les plaies traumatiques, comme les contusions et autres claquages, ainsi que les piqûres d'insectes, les coups de soleil et les brûlures légères. Les gels à l'arnica ou à la consoude font aussi l'affaire.
- _ Une teinture vulnéraire homéopathique, aux effets anti-inflammatoires et qui favorise la guérison des coupures et des éraflures. Peut également s'utiliser en cas de piqûres d'insectes, de prurit, de coups de soleil ou de brûlures légères.
- _ Un produit désinfectant sous forme de spray.
- _ Des globules d'arnica pour les blessures de tous types, en particulier pour les enfants.



_ Des gouttes oculaires homéopathiques anti-inflammatoires pour soulager les yeux secs ou irrités ou la présence d'un corps étranger dans l'œil.

_ Des médicaments individuels, comme un spray contre l'asthme, un remède contre l'allergie, etc.

Pansements

_ Sparadraps de différentes grandeurs

_ Compresses

_ Bandes de gaze

_ Bandes élastiques, de préférence auto-adhésives

_ Compresses d'urgence, par exemple pansement compressif

_ Triangle de tissu

_ Epingles de sûreté

_ Gants jetables

_ Ev. un produit désinfectant pour les mains

_ Compresses chaudes et froides. Important: conserver ces dernières au congélateur afin qu'elles soient toujours prêtes à l'emploi

Instruments

_ Thermomètre digital, et prévoir un thermomètre auriculaire s'il y a des enfants dans la famille.

_ Une bonne pince à épiler, si possible à bouts biseautés pour qu'elle soit polyvalente.

_ Ciseaux à bandage

_ Ev. une loupe, par exemple pour extraire une très fine écharde

_ Une lampe de poche, au cas où il serait nécessaire de regarder dans la bouche ou dans l'oreille

_ Un tire-tique