

Suggestion pour trousse d'urgence de bord en mer ;

(jusqu'à 6 miles d'un abri ou en croisière prolongée)

Préalable :

- le contenu dans une boîte étanche, toujours accessible et à la même place (stress)
- les produits sensibles ou oxydables dans un sac de congélation .
- si plus de 6 miles ou en croisière prolongée, prévoir quelques jours d'avance pour son traitement habituel .

COMMENT DEMANDER UNE CONSULTATION MÉDICALE ?

- PAN PAN médical sur canal 16 .
- Appel sélectif numérique (ASN) canal 70.
- consultation radio médicale : (33) 05/61/49/33/33.
- CHU Toulouse : (33) 05/61/77/24/85.

Rappel : portable peu fiable en mer , VHF conseillée fixe si plus de 6 miles ou ASN .

MATERIEL MÉDICAL (obligatoire ou conseillé)

- pansements stériles étanches type optiskin de tailles différentes .
- compresses stériles non tissées 10x10 .
- bandes crêpes type Velpeau ou Elastoplast . 3 et 5 cm .
- pansements tulle gras 10x10 .
- Sutures cutanées adhésives type Stéristrip .
- 1 rouleau de sparadrap .
- 1 bande de contention type Cohéband .
- 1 couverture de survie .
- 1 paire de ciseaux à bout rond .
- 1 pince à épiler .
- Pour les pêcheurs : 1 pince coupante et 1 pince porte aiguille ou à clamper .
- 1 flacon de gel hydro alcoolique .
- Gants stériles .
- Coussin hémostatique .
- Coalgan .

Medicaments ; (obligatoires ou conseillés)

(ceux soulignés sont pour les croisières prolongées ou plus de 6 miles)

Antalgiques/Antispasmodiques/Antipyrétiques .

- paracétamol : cp ; sachet .
- ixprim : cp (douleurs intenses)
- spasfon lyoc .

Gastroentérologie .

- lopéramide : lyoc , cp : (diarrhée)
- vogaléne :lyophilysat ou gel . (vomissements)
- gaviscon (estomac)
- inexium 20 : (estomac)

Mal de mer .

- nautamine .
- scopolamine TTS : scopoderme TTS .

Cardiologie .

- Natispray : (crise d'angine de poitrine)

Allergologie .

- Aérius (antihistaminique)
- Solupred : 20mg . (cortisone)

Ophtalmologie .

- dosettes de sérum physiologique (rinçage oculaire)
- Biocidan collyre (anti infectieux)
- Rifamycine collyre ou pommade .

Anti inflammatoires .

- Niflugel (application locale)
- hémoclar (contusion , hématome)
- helichryse (contusion hématome)
- voltarène 50mg cp .

Infectiologie .

- Augmentin : 1gr x3/j.
- Zithromax : 250 mg . (2cp , j1, puis 1cp/j ,pdt 4j)

Dermatologie .

- Hexomédine ou biseptine
- Biafine (brulure / coup de soleil)
- Fucidine pommade . (antibiotique local)
- Ecran solaire total .

ORDONNANCE A DEMANDER A VOTRE MEDECIN TRAITANT :

(les médicaments soulignés sont pour les croisières prolongées ou plus de 6 miles)

-Nautamine :cp .

-Scopoderme TTS .

-Natispray .

-Aérius .

-solupred 20mg .

Spasfon lycoc .

Lopéramide cp

Vogaléne lyophilisât

Gaviscon suspension buvable .

Inexium 20mg .

Rifamycine collyre .

Voltarène 50mg .

Augmentin 500mg .

Zithromax 250mg .

Fucidine pommade

Ixprim cp .