



# Trousse de voyage

## MÉDICATION FAMILIALE

### Troubles digestifs / mal des transports

- Brûlures d'estomac : anti-acides...
- Diarrhées : ralentisseur du transit
- Constipation : laxatif
- Ballonnements, crampes
- Nausées, vomissements
- Mal des transports

### Nez, gorge, oreilles

- Spray d'eau de mer
- Gouttes contre les otites
- Produit décongestionnant pour les douleurs des oreilles en avion
- Spray décongestionnant pour le nez
- Pastilles ou spray pour la gorge
- Pastilles ou sirop pour la toux

### Allergies

- Comprimés anti-histaminique à avaler
- Gouttes pour les yeux

### Douleurs et fièvre

- Thermomètre
- Antalgiques comme le paracétamol et l'ibuprofène

## MÉDICATION SPÉCIFIQUEMENT POUR LES ENFANTS

- Produit contre la fièvre adapté : sirop ou sachet
- Protection solaire d'indice élevé et waterproof
- Chapeau, lunettes, tee-shirt de plage
- Spray d'eau thermale
- Anti nauséeux, anti vomitif (mal de transport)
- Sérum physiologique
- Anti-moustique spécial enfant : répulsif (spray et bracelet) et crème apaisante
- Granules d'arnica

## PROTÉGER SA PEAU DU SOLEIL

- Compléments alimentaires
- Prévention des allergies solaires
- Crème solaire adaptée au type de peau
- Stick à lèvres
- Anti-herpétique écran total
- Traitements coups de soleil : crème adaptée, pommade apaisante

