

Toute la pharmacie doit être dans un état d'ordre et de propreté impeccable. Il n'existe pas de contenu idéal en tant que tel, mais certaines choses sont incontournables.

1. Matériel

- thermomètre
- épingles de sûreté
- une paire de ciseaux
- pince à échardes
- gobelet
- un peigne à poux
- matériel réservé au nettoyage des plaies : gants de toilette jetables, essuies, savon doux
- gants jetables

2. Pansements

- ouate proprement emballée (boîte plastique, ...)
- ouate hémostatique (contre les saignements de nez)
- compresses stériles en sets individuels de différents formats
- pansements d'urgence adhésifs
- bandes de gaze Hydrophile
- bandes auto-adhésives de 10 cm et 5 cm
- tampons alcoolisés (pour désinfecter les instruments et non les blessures)

3. Produits à usage externe

- gel ou crème anti-prurigineux (contre les démangeaisons)
- Iso-bétadine dermique (désinfectant qui ne pique pas)
- crème solaire indice élevé
- pommades pour traiter les brûlures solaires et autres
- crème gel anti-moustique, gel ou spray répulsifs
- crème gel antiphlogistique (chute ou choc direct)
- crème ou gel anti-inflammatoire pour entorses ou foulures

4. Produits à usage interne

- Paracétamol (antidouleur)
- charbon (contre la diarrhée)
- éventuellement un médicament contre le mal de voyage
- éventuellement un médicament soulageant les maux de gorge

Des médicaments trop spécifiques ou dont l'usage est soumis à prescription médicale ne sont pas utiles dans une pharmacie de camp à moins que leur usage ne soit clairement indiqué dans la fiche médicale d'un enfant ou d'un jeune.

Trousse de secours – bivouac

Aspirine – Iso-bétadine – Compresses stériles – pommade Arnica (piqûres, coups) – crème solaire préventive – bandage compressif – stéril-strip – ciseaux – pinces à échardes – bande de gaze – guide mode d'emploi.