

Liste de contrôle: pharmacie de voyage

Médicaments de base

- Médicaments personnels
- Traitement contre le paludisme selon les recommandations actuelles (prescrit par un spécialiste de la médecine tropicale)
- Médicaments contre le mal des transports/mal de mer
- Antispasmodique
- Antidiarrhéique, laxatif
- Antiallergique, anti-urticant, pommade contre les piqûres d'insectes
- Pommade contre les coups de soleil
- Pommade antiseptique et antidouleur
- Antalgique (comprimés, gel)
- Fébrifuge
- Pastilles contre les maux de gorge
- Gouttes auriculaires
- Collyre (allergies, inflammations)
- Spray nasal
- Antibiotique à large spectre (sur ordonnance médicale)

Autres produits importants

- Crème solaire
- Protège-lèvres
- Antimoustique
- Insecticide pour la moustiquaire, les vêtements, les locaux
- Moustiquaire avec kit de fixation
- Antifongique
- Désinfectant
- Pansements
- Bandages
- Thermomètre
- Pince à épiler
- Ciseaux

Source: www.bpa.ch

Cette liste ne se veut nullement exhaustive. Elle devrait être adaptée aux besoins personnels et à la destination avec l'aide d'un médecin.

Liste de contrôle: équipement de plongée

- Certificat d'aptitude à la plongée
- Brevets
- Carnet de plongée
- Combinaison
- Gilet stabilisateur avec inflateur
- Détendeur
- Détendeur de secours (octopus/Air II)
- Manomètre
- Adaptateur DIN/INT
- Masque
- Masque de rechange
- Tuba
- Palmes
- Ordinateur de plongée
- Tables de plongée
- Ceinture/poches de lestage
- Boussole
- Chaussons
- Gants
- Lampe avec chargeur
- Longue bouée de signalisation réfléchissante
- Lampe stroboscopique/clignotante
- Sifflet
- Pièces de rechange et outils (se faire conseiller par un vendeur spécialisé)
- Bandes de rechange pour palmes et masque, à stocker dans le gilet stabilisateur
- Couteau pliant

Source: www.bpa.ch