

CHECKLIST

MA PHARMACIE DE VOYAGE

Utilisez notre checklist pour constituer votre pharmacie de voyage.
N'oubliez pas d'inclure vos médicaments personnels et ceux de vos enfants.



- ☐ Crème solaire
- ☐ Crème solaire enfant
- ☐ Baume à lèvres protecteur
- ☐ Après-soleil
- ☐ Crème contre les brûlures
- ☐



- ☐ Médicament contre les nausées et vomissements
- ☐ Médicament contre le mal des transports
- ☐ Médicament contre les brûlures d'estomac
- ☐



- ☐ Médicament contre la diarrhée
- ☐ Solution de réhydratation orale
- ☐ Médicament contre les crampes intestinales
- ☐ Médicament contre la constipation
- ☐



- ☐ Médicament contre la fièvre et la douleur
- ☐ Anti-inflammatoire
- ☐ Thermomètre
- ☐



- ☐ Décongestionnant nasal
- ☐ Médicament contre le mal de gorge
- ☐ Médicament contre la toux
- ☐



- ☐ Répulsif
- ☐ Médicament contre les allergies/démangeaisons
- ☐ Pince à tiques
- ☐



- ☐ Gouttes apaisantes, hydratantes ou désinfectantes pour les yeux
- ☐ Sérum physiologique
- ☐



- ☐ Désinfectant
- ☐ Crème contre les bleus et les contusions
- ☐ Paire de ciseaux
- ☐ Pince à échardes
- ☐ Sparadraps
- ☐

Ajoutez ici vos médicaments personnels et autres produits de soins.

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐



CHECKLIST

MA PHARMACIE DE VOYAGE

Quelques conseils supplémentaires

- ☐ Vérifiez la date de péremption de vos médicaments.
 - Vous avez des médicaments périmés ? Rapportez-les dans votre pharmacie Multipharma.
 - Plus d'information sur www.multipharma.be/medicaments-perimes
- ☐ Vous prenez beaucoup de médicaments ? Demandez un schéma de médication à votre pharmacien.
- ☐ Assurez-vous d'emporter une quantité suffisante de vos médicaments avec vous, car :
 - ils pourraient ne pas être disponibles à l'étranger ou pourraient être désignés sous un autre nom,
 - ils pourraient porter le même nom à l'étranger, mais avoir une composition différente,
 - ils pourraient être soumis à une législation différente et nécessiter une ordonnance.
- ☐ Vous partez en avion ? Prenez vos médicaments indispensables avec vous dans votre bagage à main.
 - De cette façon, vous êtes sûr d'avoir vos médicaments au cas où votre valise serait perdue par la compagnie aérienne.
 - Pour les médicaments liquides, veuillez-vous assurer de respecter les quantités maximales autorisées.
- ☐ Vérifiez si vos vaccins sont bien à jour.
- ☐ Consultez le site www.wanda.be de l'Institut de Médecine Tropicale pour plus d'informations sur les vaccins nécessaires et les risques de santé possibles de votre destination.
- ☐ Certains médicaments (stupéfiants) et injections nécessitent une autorisation spécifique. Parlez-en à votre médecin.

Vous avez besoin d'un conseil ? N'hésitez pas à pousser la porte de l'une de nos pharmacies. Nos pharmaciens se feront un plaisir de vous aider !