

➤ Femme avec enfants

Incontournables

- Solution antiseptique
- Sérum physiologique
- Antalgiques
- Pommade calmante
- Pansements
- Crème solaire + crème après soleil
- Thermomètre
- Paracétamol enfants
- Solution de réhydratation
- Médicament à base d'arnica
- Crème solaire enfant
- Carnet de santé

Pensez- à prendre le carnet de santé, c'est un document qui permet à tout professionnel de santé de connaître les antécédents médicaux de votre enfant et aussi les allergies de votre enfant.



Attention, la peau des enfants n'est pas armée pour se défendre contre les rayons UV. Il est donc très important de limiter leur exposition au soleil et de leur appliquer tout particulièrement les conseils de protection :

- à la plage et pour toute activité de plein air, les enfants et les adolescents doivent toujours porter au moins un tee-shirt, un chapeau et des lunettes de soleil enveloppantes norme CE 3 ;
- il est recommandé de mettre de la crème solaire très haute protection, indice 30 et 50, sur la peau non couverte ;
- les bébés de moins d'un an ne doivent jamais rester au soleil, car leur peau et leurs yeux sont encore extrêmement fragiles.

Optionnels

- Antidiarrhéiques
- Pansement gastrique
- Préservatif
- Carte vitale
- Médicament contre le mal des transports

Interdits

- Médicament dosage adulte
- Antibiotiques



Attention, il existe des médicaments spécifiques adaptés à l'âge et au poids de vos enfants. Les médicaments ne sont, en général, pas adaptés au moins de 6 ans. De manière générale, le recours à l'automédication doit se faire avec prudence pour les enfants. N'hésitez pas à en parler avec votre pharmacien.