

## ➤ Femme en couple

### Incontournables

- Solution antiseptique
- Sérum physiologique
- Antalgiques
- Pommade calmante
- Pansements
- Crème solaire + crème après soleil

Les antalgiques sont des médicaments qui soulagent la douleur. Certains sont disponibles en automédication. Si vous utilisez des antalgiques, n'oubliez pas de respecter la notice, notamment sur le dosage. Regardez bien la Dénomination Commune Internationale de vos médicaments. Il s'agit du ou des principes actifs qui le composent. Il faut y prendre garde pour éviter de prendre plusieurs fois le même médicament sans le savoir et éviter ainsi un surdosage.

Pensez à prendre votre carte vitale, en cas de consultation ou d'achat des médicaments, elle peut vous permettre de ne pas faire l'avance de frais de la partie remboursée par l'Assurance maladie et parfois aussi de la partie prise en charge par la mutuelle.

### Optionnels

- Antidiarrhéiques
- Pansement gastrique
- Préservatif
- Carte vitale

### Interdits

- Antibiotiques

