

Pharmacie emportée sur le Te araroa

3 mois sur terrain varié, périodes d'isolation ne dépassant pas 9 jours.

Objectif : avoir une pharmacie suffisante pour prévenir le décès des participants (dans la mesure des compétences du groupe) et aller chercher des secours ou se déplacer jusqu'aux secours

Pharmacie établie avec l'aide d'un médecin anesthésiste à partir de la proposition de pharmacie de trekking 15 jours sans médecin que l'on peut trouver sur le site de l'ifremont.

DOULEUR/ANTI INFLAMMATOIRE

DCI	Produits suggérés	Q. dispo	Symptomes	Posologie	Remarques
Paracétamol	Doliprane 1000mg	10	Douleur fièvre	1-1-1-1	N1
Chlorhydrate de tramadol/ paracétamol	IXPRIM Nom générique Tramadol/ Paracétamol	10	Douleur	1-1-1	N2 Effets indésirables : nausée, sensations bizarres (si trop fort par rapport à la douleur)
tramadol	Tramadol 50mg (dérivé de la morphine)	10	Douleur rebelle+++	1 à 2 ; 3 fois par jour	N3 Meme chose que Ixprim mais en plus fort + somnolence
Kétoprofène	Ketum 100mg Anti inflammatoire	9	Inflammation entorse mal de dos colique néphrétique	1cp 2 à 3 fois par jour (3 pour poids lourd)	Effets secondaires : maux d'estomac ; si fragile prendre par anticipation pantaprazole pour brûlure d'estomac

Les antidouleurs peuvent être associés successivement : N1 puis N2 puis N3 avec un laps de temps de 2 à 3h entre chaque prise ou dans la cas de N1 et N3 simultanément car ils n'ont pas le même mode d'action.

Dans le cas **d'une fracture, entorse** : **il faut toujours associé un anti douleur à un anti inflammatoire.** Dans un cas grave, on peut administrer du kétoprofène toutes les 8h.

Dans le cas **d'une fracture, associer N1+N3.**

Conseil : quelle que soit la douleur, toujours associé un anti inflammatoire et un anti douleur