

Généralités sur le contenu de la trousse

- Le membre le plus médical du groupe doit se charger de la trousse médicale.
- Le contenu de la trousse doit être adapté aux compétences du responsable (néophyte, secouriste, infirmier, médecin).
- Le contenu de la trousse doit être adapté au nombre de participants et aux objectifs de l'expédition (montagne, déserts, milieux polaires).
- N'emporter que ce dont vous savez vous servir.
- Se renseigner sur les maladies caractéristiques du pays où vous allez séjourner (paludisme, fièvre jaune, serpents, rage...).
- Choisissez et conditionner vos médicaments contre l'humidité, la saleté, les écarts de température, les écarts de pression.
- Prévoir suffisamment d'autonomie pour pallier aux aléas du rapatriement.
- Aucun matériel minimum n'est officiellement défini, mais une dotation minimum doit être exigée auprès du chef d'expédition pour garantir une prise en charge correcte. C'est le patient lui-même qui décide de prendre le traitement sous sa propre responsabilité et non l'accompagnateur.
- Penser à ajouter un listing avec la traduction anglaise du contenu de votre trousse.
- Utiliser des Lyoc à croquer quand c'est possible.

Généralités sur le contenant de la trousse

- Utiliser du matériel résistant et imperméable.
- Utiliser des valises ou des malles en plastique avec code pour les grosses expéditions. Ne jamais dépasser 20 kg par charge pour le portage (porteurs, mules, yacks...).
- Les Tupperware transparents sont idéaux pour répartir les différentes catégories de médicament.
- Les sachets plastiques type « Ziploc » sont peu chers et bien pratiques pour déconditionner les boîtes de médicament trop encombrantes.
- Insérer un listing et marquer les boîtes au feutre indélébile.

Aménagement

Conduite à tenir

- Pour les médecins, il est conseillé de classer les médicaments par famille (antibiotique, antalgique, anti-inflammatoires...).
- Pour les non-médecins, il est conseillé de classer les médicaments par symptomatologie (mal des montagnes, troubles digestifs, troubles pulmonaires...).

Jurisprudence pour le non-médecin

Il doit se former et se recycler en médecine de montagne.

Il devra s'attacher à ne pas outrepasser ses compétences qui sont clairement établies dans cet ouvrage. S'il le fait, il doit se trouver au moins dans une des situations décrites en introduction, à savoir :

- Urgence vitale immédiate.
- Urgence en milieu isolé, inaccessible dans l'heure par un médecin, une équipe médicalisée hélicoptérée ou une caravane terrestre.
- Assistance par télé-médecine (la responsabilité étant alors partagée avec l'expert médical qui assiste à distance).
- Si la victime est en état de s'exprimer, l'acte doit être réalisé avec son accord !

Jurisprudence pour le médecin

Il n'existe pas, à l'heure actuelle, de décision de justice ayant retenu la responsabilité d'un médecin au cours d'une expédition et il n'existe pas encore de réglementation à la pratique de la médicalisation dans le contexte très particulier du milieu périlleux.

En revanche, il peut être reproché au médecin de ne pas avoir informé les participants des risques encourus (vaccination, pathologie d'altitude, isolement et contre-indication médicale). C'est la raison pour laquelle il est important de faire signer par tous les participants un formulaire contenant toutes ces informations, ainsi qu'un questionnaire relatif aux antécédents et aux éventuels traitements.

À partir du moment où le médecin aura été dispensé par l'organisateur de tout ou partie des frais sollicités auprès des autres participants, il pourra être considéré comme intervenant rémunéré. La faute médicale pourra lui être reprochée, qu'elle soit liée à une intervention inappropriée ou préjudiciable, ou qu'elle relève de la non-assistance à personne en danger...

En fait, comme dans sa pratique habituelle, le médecin est tenu à une simple obligation de moyens et la faute sera appréciée par rapport à ce qu'aurait fait, à sa place, dans les mêmes circonstances, un autre médecin consciencieux et averti.

Formez-vous à l'Ifremmont : formation@ifremmont.com

Quantité indicative pour un trek de 15 jours à 10 personne (poids estimé : 4 à 8 kg) :

DCI	Produit suggéré	Qté
Douleur et fièvre		
aspirine	Aspirine - PH8 500 mg	30
paracétamol	Doliprane 1000 mg	30
paracétamol + codéine	Codoliprane	20
tramadol	Topalgic 50 mg	20
Contracture et inflammation		
kétoprofène	Profénid 100 mg	30
kétoprofène	Profénid 100 mg suppo	12
Nausée et vomissement		
domperidone	Motilium Lyoc 10 mg	40
Diarrhée		
racécadotril	Tiorfan 100 mg	40
metronidazole	Flagyl 500 mg	12
levofloxacin	Tavanic 500 mg	20
Constipation et hémorroïdes		
macrogol	Forlax 10 g	20
trimébutine	Proctolog	10
citrate trisodique	Microlax	4
Brûlure gastrique		
hydroxyde aluminium	Maalox 400 mg	40
esoméprazole	Inexium 40 mg	28
Asthme et toux		
béclométasone	Becotid aérosol	1
salbutamol	Ventoline aérosol	1
paracétamol + codéine	Codoliprane	20

Indication	Posologie
------------	-----------

Douleur - Fièvre	1-1-1-1-1-1
Douleur - Fièvre	1-1-1-1
Douleur - Toux - Fièvre	1-1-1-1
Douleur rebelle +++	1-1-1-1

Inflammation - Entorse - Lumbago - Colique néphrétique	1-1-1
Inflammation - Entorse - Lumbago - Colique néphrétique	1-1-1

Nausée - Vomissement	1-1-1
----------------------	-------

Diarrhée	2-2-2
Diarrhée persistante	1-1-1
Diarrhée persistante fébrile	1-0-1

Constipation	1
Hémorroïdes	1
Constipation	1

Brûlure estomac	1-1-1-1
Brûlure estomac rebelle	0-0-1

Asthme - Bronchite	2-2-2-2
Crise d'asthme	2-2-2-2
Douleur - Toux	1-1-1-1

Mode d'emploi :

1..... une prise	1-0-1 matin et soir
1-1-1 matin midi et soir	1-0-0-0 le matin
1-1-1-1 matin midi et soir et avant coucher	1-1-1-1-1-1 .. toutes les 4h

DCI	Produit suggéré	Qté
Allergie et œdème de Quincke		
dexchlorphéniramine	Polaramine - Répétabis - Telfas	30
désonide	Locapred crème	1
prédnisolone	Solupred 20 mg orodispersible	20
epinéphrine	Anapen 0,30 mg	2
betaméthasone	Célestène 8 mg injectable	1
Mycoses		
éconazole	Pevaryl poudre	1
éconazole	Pevaryl-LP	1
crotamiton	Eurax	1
Maladies de montagne		
acétazolamide	Diamox 250 mg	24
bétaméthasone	Célestène 8 mg injectable	1
nifedipine	Adalate 20 LP	5
sildenafil	Viagra 50	5
potassium	Kaléorid	24
Insomnie		
zopiclone	Imovane 7,5 mg	2
zolpidem	Stilnox 10 mg	20
alprazolam	Xanax 0.25	30
Infection digestive		
metronidazole	Flagyl 500 mg	12
azythromycine	Zythromax 250 mg	12
levofloxacin	Tavanic 500 mg	20
pristinamycine	Pyostacine 500 mg	16
Problème oculaire		
oxybuprocaine	Novésine collyre	4
fluorescéine		10 dosettes
kanamycine	Stedex ou Tobrex	12 dosettes
rétinol	Vitamine A Dulcis ophtalm	1 tube
sérum physiologique		12 dosettes
lancettes		10

Indication	Posologie
Allergie cutanée	1
Eczéma cutané - Dermatose inflammatoire	1-1-1-0
Cedème - Allergie ORL	1-0-0-0
Cedème de Quincke - Morsure serpent - Arrêt cardiaque	1
Cedème cérébral - Allergie sévère	1
Mycose cutanée	1-1-1
Mycose vaginale	1-1-1
Piqûre insecte - Démangeaison	1-1-1
Prévention MAM	1-1-0-0
Cedème cérébral	1
Cedème pulmonaire	1 à renouveler si nécessaire
Cedème pulmonaire	1-1-1
À prendre avec le Diamox	1-0-1
Somnifère longue durée	0-0-0-1
Somnifère courte durée	0-0-0-1
Agitation - Angoisse	1-1-1
Diarrhée persistante	1-1-1
Infection pulmonaire, ORL, génitale - Diarrhée fébrile	1-0-1-0
Diarrhée invalidante fébrile - Infection urinaire	1-0-1
Infection pulmonaire, ORL, cutanée	2-0-2
Corps étranger œil	1 à 2 gouttes seulement
Colorant pour examiner l'œil	1 goutte
Infection œil	1-1-1 (3 jours)
Ophthalmie - Kératite - Ulcère - Douleur oculaire	1-1-1 (3 jours)
Conjonctivite bactérienne	1-1-1-1

DCI	Produit suggéré	Qté
Paludisme		
atovaquone, proguanil	Malarone 250 mg	12
Problème de peau		
dexaméthasone	Percutalgine pommade	1 tube
kétoprofène	Profénid 100 mg	1 tube
oxyde de zinc	Sénophile crème	1 tube
lindane	Elentol	1 tube
sulfadiazine argentique	Flammazine	1 tube
Infection ORL et pulmonaire		
pseudoéphédrine	Rhinadvil	15
prédnisolone	Solupred 20 mg orodispersible	20
pristinamycine	Pyostacine 500 mg	16
azythromycine	Zythromax 250 mg	6
budésonide formotérol	Symbicort 400	1
salbutamol	Ventoline aerosol	1
Gelure		
aspirine	Aspirine PH8 500 mg	50

Indication	Posologie
Paludisme	4-0-0
Tendinite	1-1-1
Entorse - Contusion	1-1-1
Irritation - Gerçure	1-1-1
Gale	1-1-1
Brûlure	1-1-1
Catarrhe nasale	1-0-1
Œdème - Allergie	2-2-2
Infection pulmonaire, ORL, cutanée	2-0-0
Infection pulmonaire - Bronchite - ORL - Paludisme	
Asthme - Bronchite irritative altitude	2-2-2-2-2
Crise d'asthme	2
Gelure	1-0-1

DCI	Produit suggéré	Qté
MATÉRIEL		
Bandelette adhésive pour suture	Stéristrip	4
Colle chirurgicale	Dermabond	4
Double-peau	Compeed	4 boîtes
Bande élastique adhésive	Elastoplast	5
Sparadrap		2
Bande adhésive	Méfix	1
Bande contention (2 tailles)		10
Mèche nasale	Merocel - Tampax - Blocsang	2
Compresses		50
Eosine aqueuse		5 dosettes
Iode	Bétadine	5 dosettes
Agrafeuse		1
Pansement compressif	Chut	2
Pansement hydro-colloïde	Urgotul	5 plaques
Bistouris jetables		4
Gants stériles		2 paires
Aiguilles - Sous cutanées - IM		10
Trombone		2
Seringue 5 -10- 20 ml		10
Ciseaux et pince à épiler		2
Attelle	Sam Split - E-Bone	2
Caisson hyperbare portable	Pour les séjours au-dessus de 4 000 m +++	1
Téléphone satellite	Iridium - Thuraya	1
Attelle cheville		1
Attelle genou		1
Gilet orthopédique épaule		1
RÉPULSIF - DÉSINFECTION - PRÉVENTION		
Désinfection eau	Micropur forte DDCNA	100
Moustiquaire		1
Répulsifs	Mosiguard - Biovectrol - Permethrine	
Tire-tique		5

Indication

Posologie

Plaie cutanée

Plaie cutanée

Ampoules

Strapping

Saignement de nez

Désinfectant plaie

Désinfectant peau

Plaie - Hémorragie

Perte de substance - Dermabrasion

Hématome unguéal

Injection

OPHA OCHA MAM / Fortement recommandé

Choix selon destination

Facultatif

Entorse

Facultatif

Entorse

Facultatif

Contusion - Luxation

Facultatif

Désinfection de l'eau

Zones à risque

Répulsif paludisme

Zones à risque

Maladie de Lyme

DCI	produit suggéré	qté	indication	unité/jour
aspirine	Aspirine PH8	10	Douleur et Fièvre	1-1-1-1-1-1
paracétamol	Doliprane 1000	10	Douleur et Fièvre	1-1-1-1
tramadol	Topalgic 50mg	10	Douleur rebelle +++	1-1-1-1
kétoprofène	Profénid 100mg	10	Inflammation Entorse Lumbago Colique néphrétique	1-1-1
métoclopramide	Primperan 10mg Lyoc	10	Nausée Vomissement	1-1-1
racécadotril	Tiorfan 100mg	10	Diarrhée	2-2-2
ésoméprazole	Inexium 40mg	10	Brûlure estomac rebelle	1-0-0-0
salbutamol	Ventoline aérosol	1	Crise d'asthme	2-2-2-2
épinéphrine	Anapen 0.30mg	1	Œdème de Quincke Serpent Arrêt cardiaque	Formation
betaméthasone	Célestène 8mg injectable	1	Œdème cérébral Allergie sévère	Formation
nifedipine	Adalate 10 mg	5	Œdème pulmonaire	1-1-1-1
zolpidem	Stilnox 10mg	5	Somnifère courte durée	0-0-0-1
alprazolam	Xanax 0.25	5	Agitation Angoisse	1-1-1
azithromycine	Zythromax 250mg	6	Infection pulmonaire, ORL, génitale. Diarrhée fébrile	1-0-1-0
kanamycine	Stérimycine ou Tobrex	1	Infection œil	1-1-1, 3 jrs
sérum physiologique		2	Conjonctivite Corps étranger	1-1-1-1
prédnisolone	Solupred 20mg orodisp.	20	Œdème Allergie ORL	1-0-0-0
bandelette adhésive	Stéristrip	4	Plaie cutanée	Formation
colle chirurgicale	Dermabond	4	Plaie cutanée	Formation
double-peau	Compeed	4	Ampoules	
bande adhésive	Elastoplast	5	Strapping	Formation
sparadrap		2		
bande adhésive	Méfix Currafix	1	Pansement	
bande contention	Coheban	10		
mèche nasale	Meroceel - Blocsang	2	Saignement de nez	
compresses		5		
désinfectant liquide	Biseptine	1	Désinfectant plaie	
pansement hydro-colloïde	Urgotul	2	Perte de substance Dermabrasion	
bistouris jetables		1		
gants stériles		1		
aiguilles	Sous cut. et Intra musc.	2		
seringue 5 -10- 20 ml		2	Injection	
ciseaux		1		
pince à épiler		1		
attelle	Sam Split E-Bone	1		