

13 ► CONSEIL POUR CONSTITUER LA PHARMACIE DE BORD

Pour constituer votre pharmacie de bord vous pouvez vous aider des éléments suivants.

- La réglementation en cours.
- Les conseils prodigués par des professionnels reconnus usant des guides de bonne pratique médicale.
- L'analyse du type de navigation que vous allez faire (distance de la côte, lieu géographique).
- Les connaissances en soins de vos équipiers.

La bonne préparation d'une croisière passe par le check-up médical des équipiers, et repose sur leur connaissance des procédures médicales d'urgence et de la composition de la pharmacie.

Les règles de l'Organisation Maritime Internationale (O.M.I.) imposent aux navires d'avoir une dotation de bord.

L'O.M.S. a publié un guide international pour les soins à bord et prodigue des conseils en la matière*.

En France, le Conseil Supérieur de la Navigation a élaboré des articles spécifiques pour la constitution des dotations à bord des navires de plaisance**.

La responsabilité du chef de bord reste pleine et entière. Pour la plaisance traditionnelle, la dotation D240 réglementaire (tableau 1) nécessite d'être complétée pour la croisière hauturière.

Les médecins du Centre de Consultation Médicale Maritime (C.C.M.M.)***, sont impliqués dans la prise en charge de toute personne ayant un problème médical en mer. D'autres médecins conseillent les skippers transocéaniques ou encadrent les courses**** en France ou dans les pays où la navigation de plaisance est répandue. Une synthèse des dotations médicales, déterminées selon le type de navigation et la distance est proposée dans le tableau 2.

| Type de navires | Distance à la côte | Dotation médicale | Contenu/Références |
|--|----------------------------|------------------------|------------------------|
| Plaisance traditionnelle | Toutes distances | Dotation D 240 | Article 240-3.15 |
| Navires > 24 m | Court rayon d'action | Dotation C de la D 217 | D 242 Article 42 16-06 |
| Navires de plaisance de compétition ou expérimentaux | Plus de 6 milles d'un abri | Dotation C de la D 217 | D 243 Article 10-3 |

Tableau 1 : réglementation française pour les pharmacies de bord en navigation de plaisance

* International Medical Guide for Ships 3rd edition .Word Health Organization
 ** Division D240 : <https://www.ecologique-solidaire.gouv.fr/materiel-darmement-et-securite-et-limites-dutilisation>
 *** Site du Centre de Consultation Médicale Maritime : <http://www.chu-toulouse.fr/la-pharmacie-de-bord> .
 **** Med Mer association de loi 1901 formant les coureurs au large aux soins à bord : <http://www.medmer-formation.com>.



Sac pour les urgences courantes à bord d'un voilier du Vendée Globe.

Le choix des produits repose sur des principes pragmatiques. Le premier d'entre eux est ne pas nuire, en choisissant des médicaments dont le bénéfice est supérieur au risque d'utilisation et qui doivent pouvoir traiter ce qui survient le plus fréquemment en navigation de plaisance*. Quelques principes de bon sens sont à observer.

- Utiliser un médicament n'est jamais anodin. La majeure partie des médicaments présents dans les dotations nécessite un avis médical avant utilisation. Les avis médicaux peuvent être notés dans un tableau.
- Connaître les traitements et maladies de vos équipiers, s'ils sont d'accord pour communiquer sur le sujet et s'ils présentent des risques particuliers. Une bonne solution peut consister à demander à chacun des participants de fournir un dossier médical sous enveloppe que le responsable des soins ouvrira si nécessaire.
- Affecter à l'équipier qui le désire ou qui a le plus de connaissance dans ce domaine le rôle de responsable des soins et de la pharmacie (au moins un membre de l'équipage avec des compétences de secouriste niveau PSC1 ou PSMER).
- Établir les quantités de médicaments selon la durée de la croisière et le nombre d'équipiers avec le médecin qui vous fera l'ordonnance.



Certains médicaments ont des effets secondaires, dont les allergies.

- Bien définir avec l'équipage la localisation de la pharmacie à bord (endroit accessible propre et sec).
- Vérifier les péremptions avant le départ.
- Avoir une connaissance des problèmes médicaux spécifiques à l'environnement aquatique fréquenté (hypothermie, hyperthermie, mal de mer, infections, animaux dangereux, maladies tropicales...).
- Connaître les numéros d'urgence médicale, avoir expliqué la procédure à tous les équipiers et avoir des moyens de communication adaptés.

L'environnement marin en plaisance est souvent humide et enclin à des variations de température. Les produits doivent être rangés en tenant compte de cela. Ils peuvent être enlevés de leurs boîtes d'origine en notant les dates de péremption et en gardant leur notice. Ils sont alors rangés dans des boîtes étanches ou des sacs type ziploc®. Un sac ou une boîte spécifique contiendra de quoi faire face aux petites urgences, aux maux usuels comme la douleur ou le mal de mer, aux traumatismes bénins. Il sera placé près de la descente du bateau ou de la table à carte. Les autres produits qui servent de façon plus exceptionnelle peuvent être rangés dans un autre contenant qui servira de réserve (bidon étanche) ou un sac plus grand, de préférence étanche. Les produits sont classés selon les maladies qu'ils soignent ou par type de médicaments.

* ALEN JB, DE JONG R. Sailing and sports medicine: a literature review. Br J Sport Med 2006 July; (7): 587-593.
 ROUVILLAIN JL, MERCKY E, LETHUILLIER. Traumatisme et pathologies à bord des voiliers de loisir croisant aux Antilles. J traum Sport Vol 21, 4, Dec 2004, 218-227

Tableau 2

| Classe de médicaments | Indications | Dotation réglementaire | Dénomination Commune Internationale | Équivalents et remarques | Posologie | Avis | Vérifier les péremptions avant le départ. Elles figurent sur la tranche de la boîte et également sur les supports des médicaments (blister, sachet, tube...) | | | |
|-----------------------|--|------------------------|--|---|----------------------------------|------|--|---------------|-------------|--------------|
| | | | | | | | forme | sac quotidien | jusqu'à 200 | > 200 milles |
| Masque facial | Masque facial pour ventilation bouche à bouche | C D217 | | Marque Ambu | | | | oui | oui | oui |
| Choc allergique | Traitement du choc allergique | C D217 | Adrénaline injectable 0,3/0,3 | Anakit , EpiPen (intérêt à discuter avec votre médecin) | | oui | intramusculaire | non | non | 1 boîte |
| Corticoïdes | Anti-inflammatoire puissant | | Bétamétose | Solupred | 0,05 mg à 2 mg/kg/jour | oui | cp dispersibles | non | 1 boîte | 1 boîte |
| Anti-allergique | Traitement de l'allergie | | Desloratidine | Xyzal, Clarytine... | 1 cp/j | | cp | non | non | 1 boîte |
| Antidouleur niveau 1 | Antalgique de première intention | C D217 | Paracétamol 1 g | Doliprane, Efferalgan, Dafalgan... | 1 g x 4/jour (enfant 40 mg/kg/j) | | sachets | 1 boîte | 2 boîtes | 4 boîtes |
| Antidouleur niveau 2 | Antidouleur supérieur au paracétamol | | Tramadol ou Paracétamol + Codéine ou Acupan Ampoules | Propofan, Ixprim, Zalciar, Lamaline, ... | 1 à 2 cp x 4/j max 8/j | | cp | 1 boîte | 1 boîte | 1 boîte |
| Antispasme | Lutte contre les douleurs abdominales | | Phloroglucinol 200 mg | Spasfon Lyoc et comprimés | 1 à 2 cp x 4/j | | lyoc | non | 1 boîte | 1 boîte |
| Anti-inflammatoire | Lutte contre l'inflammation et la douleur | | Ibuprofène 200 mg | Voltarène, Profenid, Ketoprofène... | 1 à 2 cp x 3/j | oui | cp | non | 1 boîte | 1 boîte |
| Anti-hémorragique | En cas de saignement abondant | C D217 | Acide Tranexanique 500 mg | Exacyl | | oui | cp | 1 flacon | 1 boîte | 1 boîte |
| Antiagrégant* | Fluidifiant sanguin | C D217 | Acide acétylsalicylique 300 mg | Aspégic; Kardégic | 1 sachet/j | | poudre | 1 boîte | 1 boîte | 1 boîte |
| Antiseptique local | Désinfection cutanée | C D217 & D 240 | Chlorhexidine aqueuse 0,05 % | Bétadine dermique ou dakin... Antiseptiques avec meilleure action | | | solution unidose | 1 boîte | 1 boîte | 1 boîte |
| Crème solaire IP 60 | Protection solaire, écran total | C D217 | | | | | crème, stick à lèvres | 1 tube | 1 tube | 1 tube |
| Crème cicatrisante | Réparation cutanée | | Cu, Zn sulfate et oxyde | Cicalfate | 1 appl 3/j | | crème | 0 | 1 tube | 2 tubes |
| | Brûlure premier degré | C D217 | Trolamine | Biaffine (intérêt à discuter avec votre médecin) | | | | | | |
| Crème antibiotique | Infection cutanée | | Mupirocine 2 % | Fucidine crème, Staphylomycine, Neomycine, Soframycine, Gentalline. | 3 appl/j après désinfection | | crème | 0 | 0 | 1 tube |
| Crème antiseptique | Désinfection de brûlure | | Sulfadiazine argentique | Cetavlon, Sterlane crème, Bétadine pommade, Hexomédine gel... | 1x/j | | crème | 0 | 1 tube | 1 tube |
| Antifongique local | Champignon cutané, mycose | | Econazole | Amycor, Myk, Fongamil, Fazol, Daktarin, Ketoderm... | 2x/j | | gel | 0 | 0 | 1 tube |
| Dermocorticoïde | Eczéma, allergie cutanée | | Dipropionate bétaméthasone 0,05 % | Synalar, Betneval, Topicorte, Apitopic, Topilar, Nerisone, Tosyne, Effcort, Locoid... | 1x/j | | crème | 0 | 0 | 1 tube |
| Anti-acide gastrique | Brûlures d'estomac | | Aluminium/magnésium hydroxyde | Supralox, Rocgel, Gelox, Mucal, Xolaam... | Après chaque repas | | cp | 0 | 1 boîte | 1 boîte |

| | | | | | | | | | | |
|---|--|----------------|----------------------------|--|--------------------------------------|-----|-------------------|---------|----------|----------|
| Anti-ulcéreux | Ulcère gastrique | | Oméprazole 20 mg | Inipomp, Zoltum, Lanzor, Ogast... | 1/jour | oui | gélules | 0 | 0 | 1 boîte |
| Anti mal de mer | Prévention du mal de mer | C D217 | Scopolamine TTS 1 mg | Dramamine, Nausicalm, Marzine, Nautamine | 16 h avt départ | | patch | 1 boîte | 1 boîte | 1 boîte |
| Anti diarrhéique | En cas de selles liquides >6/j | C D217 | Lopéramide 2 mg | Diarsed, Lactéol, Tiorfan (usage chez l'enfant en sus), Smecta (pansement) | 1 à 6 gel/j | | gélules | 0 | 1 boîte | 1 boîte |
| Anti nausée | Traitement du mal de mer | C D217 | Métopimazine | Vogalib, Motilium | 1 cp x 3/24 h | | cp orodispersible | 0 | 1 boîte | 1 boîte |
| Ocytotique * | hémorragie au cours de la grossesse | C D217 | Méthylergométrine 0,125 mg | (intérêt à discuter avec votre médecin) | 1 à 2 cp x 3/j | oui | cp | 0 | 0 | 1 boîte |
| Antibiotique | Infection des voies aériennes | | Amox + Ac. Clav | Augmentin, Ciblor, | A. 1,5 g/j E. 40 mg/kg/j | oui | sachets/cp | 0 | 1bte | 2 boîtes |
| | Infection urinaire et digestive | | Ofloxacin 200 mg | Ciflox | A; 400 mg/j en 2 prises | oui | cp | 0 | 0 | 1 boîte |
| | infection peau, sinus et poumons | | Pristinamycine 500 mg | Pyostacine | A. 2 à 3 g/j E. 50 mg/kg/j | oui | cp | 0 | 1bte | 2 boîtes |
| | Infection digestive | | Métronidazole 500 mg | Flagyl | A. 1 à 1,5 g/j E. 20 à 30 mg/kg/j | oui | cp | 0 | 0 | 2 boîtes |
| Pommade cicatrisante ophtalmique | Calmant si traumatisme ou coup de soleil | | Vitamine A Dulcis | Vitabact, Biocidan | 2 gtt x 4/j | | Collyre unidose | 0 | 1bte | 2 boîtes |
| Pommade ophtalmique antibiotique | Infection œil avec écoulement purulent | | Acide Fucidique | Fucithalmique, | 1 appl 3/j | oui | pommade oph | 0 | 0 | 1 boîte |
| Gel Bucal | Infection bouche | | Hexitidine | Hextril gel | | | | 0 | 1 boîte | 1 |
| Antiseptique Oreille | Otite externe | | Auricularum | Ne pas utiliser si traumatisme du tympan | 1 appl 3/j | | | 0 | 1 flacon | 1 flacon |
| Nettoyant doux | Rinçage œil, nez, peau | | Sérum physiologique | Sterdex, gentasone... | unidoses | | Dosette | 0 | 1 boîte | 1 boîte |
| Anxiolytique | stress, anxiété, mal de dos | | Diazépam 5 mg | Xanax, Lexomil, Seresta.....(intérêt à discuter avec votre médecin) | A: 5 à 10 mg/j E 0,5 mg/kg/j | oui | cp | 0 | 0 | 1 |
| Myorelaxant | Thiocolchicoside | | Miorel | | | | | 0 | 1 | 1 |
| Kit dentaire | Pansements de dent | | | Dentanurse, Cavifix, Dentapass (intérêt à discuter avec votre médecin) | | | | 0 | 0 | 1 kit |
| Matériel Pansements | Gel hydro alcoolique désinfection des mains | | | | | | | 1 | 1 | |
| | Vaseline | | Vaseline officinale | | | | | | | |
| | Tulles gras | | | Four protection des plaies | | | | 0 | 1 | 1 |
| | Compresse stériles 20X20 | C D217 & D 240 | | Urgotulle, Adaptic, Jelonet, Vaselitule... | | | | 1 boîte | 2 boîtes | 6 boîtes |
| | Bandes | C D217 | | Sterilux | | | | | | |
| | Pansement hémostatique chut et garrot tourniquet | C D217 & D 240 | | Nylex, Velpeau crêpe | | | Rouleau | 0 | 1 | 2 |
| | Pansement américain absorbant | C D217 | | | | | | 1 | 1 | 1 |
| | Sparadrap | | | | | | | 1 | 1 | 2 |
| | Pansements cicatrisants. | | | Albupore, Rouleau hypofix | | | rouleau | 1 | 1 | 1 |
| | | | | Comfeel, Algoplaque, Duoderm, Urgomed | | | Plaques | 0 | 0 | 1 |

| | | | |
|---------------------------------|--|----------------|----------------|
| | Pansements stériles | C D217 & D 240 | |
| | Suture cutanée | | |
| | Plateau stérile à suture | | |
| | Fils non résorbables à suture 4/0 et 5/0 | | |
| | Gants d'examen | C D217 | |
| Matériel Contusion | Bandes adhésive élastique | | |
| | Bandes cohésives | C D217 & D 240 | |
| | Poche à froid à frapper ou spray froid | | |
| Crème anti-inflammatoire | Douleur articulaire, tendineuse | | Diclofénac Gel |
| | Écharpe de maintien épaule, Bras | C D217 | |
| | Orthèse poignet et cheville | C D217 | |
| Petit matériel | Pince à écharde | | |
| Couverture de survie | Lutte contre froid ou le chaud | C D217 | |
| | Thermomètre médical | | |
| | Ciseaux bout rond et pointu | | |
| | Ciseaux gesco | C D217 | |

| | Pansements et compresses | 1 boîte | 2 boîtes | 3 boîtes |
|--|--------------------------|---------|----------|----------|
| Aquafilm, Medipore, Tégaderm, Urgostérile, Cicaplaie | | 0 | 1 | 1 |
| Bitéristrip | | 0 | 0 | 1 |
| | oui | 0 | 0 | 1 |
| Gants non stériles et/ou stériles possibles | | 0 | 0 | 6 |
| Elastoplaste 3 cm et 5 cm, extensa plus | Rouleaux 3 et 5 cm | 0 | 1 | 2 |
| Coheban, Co-plus, Coheflex, Nylexogrip, Tensoplus | rouleau | 0 | 1 | 1 |
| | | 1 | 1 | 2 |
| Voltaire, Profénid | crème ou patch | 1 | 2 | 2 |
| | | 0 | 0 | 1 |
| | | 0 | 0 | 1 |
| | | 0 | 0 | 1 |
| | | 1 | 1 | 1 |
| | | 1 | 1 | 1 |
| Tympanique ou frontal | | 0 | 0 | 1 |
| | | 1 | 1 | 1 |

* un antidouleur puissant et un antibiotique puissant sont les deux médicaments les plus utiles dans l'absolu. Les quantités seront calculés en fonction de la durée estimée d'une évacuation sanitaire sur le trajet.

Antibiotiques
3 à 4 types
Un injectable
Un large spectre.....

Entorse Traumatisme
Crème anti-inflammatoire
Patch en gel
Cold Pack
Bandes cohésives
Elastoplaste....

Crèmes
Solaire
Antibiotique
Brûlures
Mycoses.....

Digestifs
Laxatifs
Antidiarrhéiques
Pansement digestif
Antispasmodiques.....

Plaies
Pansements
Sparadrap
Strip
Fils suture
Agrafes
Colle
Crème anesthésique....

Crèmes
Solaire stick et crème

Digestifs
Anti mal de mer

Entorse Traumatisme
Crème anti-inflammatoire
Cold Pack
Bande Cohésive

Plaies
Petits pansements
Sparadrap
Compresses
Plumasseau

Urgences
Antidouleurs niveaux 1 à 3
Corticoïdes
Ac.Salicylique
Épinéphrine
Masque facial

Matériels divers
Thermomètre
Garrot
Ciseaux Gesco
Bandes Velpeau....

Yeux, Gorge, Oreilles
Collyres
Gel bucal
Gouttes oreilles.....

Matériels divers
Attelles
Plateau suture
Seringues
Bandes....

SAC quotidien

Exemple de répartition des produits

Des codes de couleur peuvent être utiles en tant que moyens mnémotechniques: rouge = plaie; bleu = coups et traumatismes... (voir les couleurs et classement indicatifs proposés dans le tableau 2).

Des boîtes alimentaires de couleur existent dans le commerce, mais vous pouvez aussi coller des gommettes sur les produits. Choisissez les boîtes avec un joint et fermant de façon efficace (clic and lock par exemple). Si le contenant est solide des sacs ziplock™ sont aussi possibles.

D'autres catégories sont envisageables (les médicaments qui nécessitent un avis médical, les produits qui sont dopants ou pas, etc.) et votre imagination peut vous faire trouver d'autres rangements.

Le responsable des soins à bord aura la charge de réalimenter, au fur et à mesure



Exemple du sac du maxitramarin Banque Populaire pour le record de la voile autour du monde.

disposition dans la pharmacie et près des moyens de communication du bateau, mais aussi sauvegardé sur l'ordinateur de bord (ce qui en permet l'envoi à un correspondant si nécessaire). La traduction des propriétés des produits en anglais est utile si l'on navigue à l'étranger.

Les médicaments génériques seront préférés pour leurs coûts moindres. Les comprimés orodispersibles ou lyoc sont pratiques en mer.

Certains antibiotiques ont des durées de vie courte, demandez à votre pharmacien des produits avec les dates de péremption les plus tardives.

Si des équipiers ont des allergies connues à certains produits comme les antibio-



La pharmacie d'Armel LeClech lors du Vendée Globe.

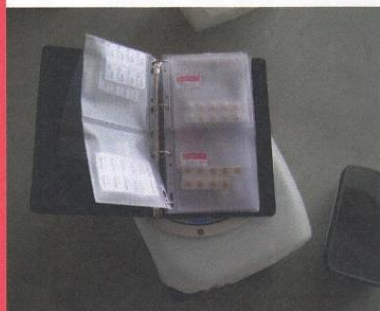
tiques, il peut être utile d'avoir dans la pharmacie de bord celui qui est adapté. Les dotations professionnelles préconisent des médicaments d'urgences tels que la trinitrine, l'épinéphrine, l'acide acétylsalicylique, des corticoïdes... Votre médecin habituel devra vous conseiller sur l'intérêt de ces produits, selon le type de croisière et le nombre d'équipiers à bord.

Un traitement anti « mal de mer » à bord n'est pas obligatoire, c'est une affaire d'école et de conviction personnelle*. Ces médicaments ont des effets secondaires qui ne sont pas anodins et les avoir testés avant le départ peut-être utile. L'achat sur Internet de produits pharmaceutiques non commercialisés en France peut être dangereux. Les moyens non médicaux pour prévenir le mal de mer sont à notre sens préférable.

Une couverture isotherme est utile. Un blessé ou un malade n'a pas les mêmes capacités pour lutter contre le froid ou le chaud.

La liste du tableau 2 est assez exhaustive et le mieux est d'en parler avec un professionnel de santé, médecin ou pharmacien. Mais si vous allez en zones tropicales, d'autres produits et des vaccinations seront recommandés**. Dans ce cas, contactez le service des Maladies Tropicales et des Vaccinations le plus proche de chez vous.

Organiser tous ces produits dans leur contenant est long et un peu fastidieux.

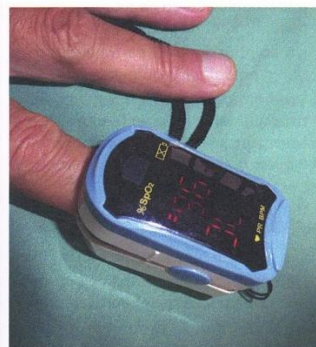


Pharmacie pour la mini-transat 6,5, un bidon pour la réserve et un porte CD pour la pharmacie à la journée, le matosage est possible...

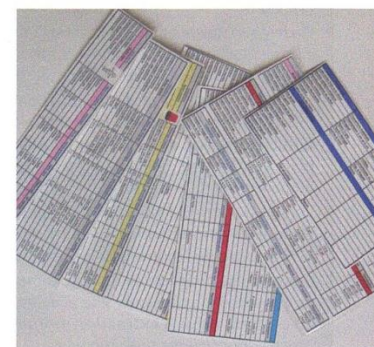
* Le Mal de mer article de la revue bateau : http://www.glcr.lu/documents/bateau_622_20-27.pdf
 ** Site du ministère des affaires étrangères : <http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs>



Exemples de produits regroupés par codes couleurs selon qu'ils servent à soigner des plaies ou affections cutanées, ou bien des traumatismes simples



Un oxymètre de pouls est très utile au bilan, il permet de mesurer facilement l'oxygénation de la victime en cas de traumatisme thoracique ou de noyade.



Listes des produits disponibles, leurs indications, leur posologie.

Prévoyez au moins deux demi-journées... Cette pharmacie peut vous servir également à terre. Emmenez-la avec vous et comme cela vous la connaîtrez mieux.

Une dotation = Une formation

Avoir une dotation est une chose, savoir s'en servir est mieux. Des formations de secourisme ou médicales sont dispensées un peu partout lors des stages ISAF obligatoires pour les courses au large, tout marin prévoyant peut suivre ces formations et leur contenu médical*. À l'occasion, selon votre projet, d'autres médicaments ou techniques vous seront appris.

* Fédération française de voile : <http://www.fvoile.fr>

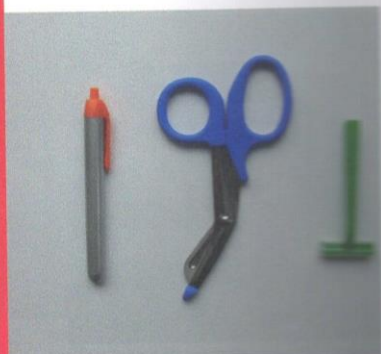


Côté doré sur une face pour protéger du froid, et argent sur une autre face pour protéger du chaud.

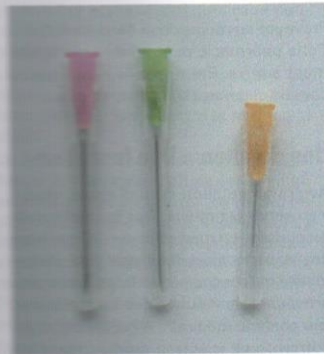
Matériel divers

À côté des médicaments, le matériel. Voici une liste indicative :

- ▶ Un savon pour l'hygiène générale, moussant à l'eau de mer.
- ▶ Des lingettes désinfectantes ou du gel sans eau.
- ▶ Une lampe frontale.
- ▶ Un briquet, car certains venins sont sensibles à la chaleur.
- ▶ Une paire de ciseaux d'urgence Gesco pour pouvoir découper un pantalon, une botte.
- ▶ Un bistouri usage unique. Il permet l'incision d'abcès, et sert pour l'évacuation de corps étrangers (échardes).
- ▶ Un rasoir à main. Le rasage d'une zone pileuse permet de limiter la prolifération bactérienne aux alentours d'une plaie et offre une meilleure adhérence au pansement.
- ▶ Un jeu de seringues. Outre les injections, elles permettent de rincer un œil ou une plaie de façon assez précise.
- ▶ Des aiguilles pour injections. En dehors de leur utilisation classique, elles peuvent être utiles pour l'extraction d'une écharde, pour percer une ampoule...
- ▶ Une pince à épiler, pour saisir des corps étrangers.
- ▶ Un trombone. Pour évacuer un hématome sous un ongle.
- ▶ Un coupe-ongles.
- ▶ Deux épingles à nourrice. Elles servent pour tenir une bande mais également pour les contentions de fortune fabriquée à l'aide de vêtement.
- ▶ Des gants en latex non stériles, pour travailler avec un minimum d'hygiène. Une fois une plaie de la main soignée, ils permettent également sa protection pour des manipulations ultérieures. Par ailleurs, lors de travaux avec des produits salissants ou caustiques pour la peau, ils sont très utiles.
- ▶ Un doigtier en latex permet la protection d'un doigt et son pansement.
- ▶ Un thermomètre tympanique ou électronique fait partie de la panoplie de base, surtout si des jeunes enfants sont à bord.
- ▶ Les cotons tiges sont utiles. On peut tamponner avec précision des petites zones d'antiseptiques.
- ▶ Les produits répulsifs anti moustiques.
- ▶ Une paire de lunette de soleil ou deux en cas de pansement oculaire.
- ▶ Un petit miroir. Très utile, surtout en solitaire (en avoir 2 dans ce cas), inspecter des zones non vues directement à l'œil (dos, fesses...).



Lampe, ciseaux gesco, rasoir.



Aiguilles pour injections. La rose, la plus grosse, sert aussi à percer les ongles en la faisant tourner sur elle-même en cas d'hématome.

Memento pansements

| Type | Tulles gras | Hydro cellulaires | Hydro colloïdes | Film |
|-------------|-----------------------|--|----------------------|--------------------------------------|
| Indications | Plaie récente, suture | Plaie en cours de cicatrisation avec quelques sécrétions | Plaie sèche, ampoule | Protection peau ou plaie après tulle |
| Exemples | Jelonet® | Alevyn Border® (colle bien en mer...) | Duoderm® | Tegaderm® |
| Changements | 2 jours | 4 jours | 3 à 5 jours | jour |

Une plaie, pour cicatriser, nécessite un milieu gras.

Si elle sécrète des sérosités, celles-ci doivent être absorbées pour éviter une infection et permettre le processus de cicatrisation.

Un pansement est réalisé après des soins locaux de désinfection et nettoyage de ce qui gêne la cicatrisation (Débris, pus...) ❶ La plaie est ensuite recouverte d'une interface, à son contact direct, selon son stade de cicatrisation (tulle gras, hydro cellulaire...) ❷

Il est nécessaire de recouvrir de temps en temps cette interface de compresses et de les faire tenir avec une bande ou un adhésif. Ceux de type tissé (Urgoderm®) tiennent bien en mer et existent en rouleau que l'on peut découper à sa convenance ❸

D'autres sont étanches. Il existe des pansements qui contiennent l'ensemble du montage déjà réalisé (tulle, compresse, adhésifs) mais ils ont des formats fixes.

Ces films de protection sont assez fins et permettent de voir la lésion tout en étant imperméables à l'eau. Ils ne tiennent pas assez lors de l'exposition aux manœuvres à bord. Vous pouvez les recouvrir alors d'adhésif de type tissé ❹.

Une boîte de petits pansements de ce type est utile pour la pharmacie à la journée.

Sur un visage, la vaseline officinale servira d'interface sans qu'il soit nécessaire de mettre de pansement.

