La trousse de secours

Une trousse de secours doit être conçue pour remédier aux incidents, et en cas de problèmes graves, pour faciliter l'attente des secours dans les meilleures conditions.

Sauf exception (présence d'un médecin), elle n'a pas pour objectif l'accomplissement de gestes ou de prescriptions d'ordre médical.

Il n'est pas indispensable que chacun porte une trousse complète, en prévoir une pour quatre personnes par exemple.

Si l'on part plusieurs jours, on peut lui ajouter une trousse à pharmacie contenant des médicaments que l'on utilisera que pour ses besoins personnels.

Que trouve-t-on dans une trousse de secours ?

- Désinfectant incolore pour nettoyer une plaie souillée ;
- éosine aqueuse en dosette ;
- sérum physiologique en dosette pour laver les yeux (collyre) ;
- 5 compresses stériles de petit format ;
- 5 compresses stériles de grand format ;
- lot de pansements prédécoupés de taille et de formes diverses, dont certains imperméables ;
- du sparadrap ;
- des petites bandes collantes de suture, à employer sur une plaie désinfectée et avant de la montrer à un médecin ;
- pansements contre les ampoules et protections de type « deuxième peau » ;
- de la bande collante élastique, 6 cm de large, qui servira à tout : protéger un pansement, réparer la bretelle d'un sac à dos…
- une bande collante non élastique pour faire un strapping sur une entorse de la cheville (Attention ! il faut être secouriste pour réaliser ce bandage) ;
- une paire de petits ciseaux bien coupants ;
- des épingles à nourrice ;
- une aiguille et une pince pour enlever des échardes ;
- une pommade apaisante contre les piqûres (insectes ou plantes) ;
- une crème à l'arnica en cas de coups, un tube de granules d'arnica ;
- quelques bonbons ou sucres enveloppés individuellement, pour les personnes faisant des crises d'hypoglycémie ;
- pommade contre les coups de soleil et les brûlures ;
- 1 ou 2 couvertures de survie.

Extrait de **« Le guide pratique du randonneur »**, réf 029, et du **« Memento de formation au Brevet Fédéral d'animateur de randonnée pédestre »**, *édition juin 2004* © Fédération Française de la Randonnée Pédestre - 2006.

FFRandonnée
Comité départemental
Aveyron

Comité départemental de l'Aveyron http://aveyron.ffrandonnee.fr
Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand
BP 831 - 12008 Rodez cedex
Tél. : 05 65 75 54 61 – Fax : 05 65 75 55 71
E-Mail : cdrp12@wanadoo.fr