

## LA PHARMACIE

Cette pharmacie devra se trouver dans **un lieu sûr sec et frais** (éviter la cuisine et la salle de bains), **en hauteur, hors de portée de l'enfant** et de préférence choisir un meuble pharmacie qui se verrouille et dont le système est facile d'utilisation pour vous mais non pour l'enfant.

Les indispensables à avoir.

### LE PETIT MATERIEL

**Un thermomètre** : digital de préférence, modèle enfant avec bout flexible, (très pratique lorsque bébé remue, les blessures et douleurs sont évitées). La mesure de la température est précise. En parallèle, il est judicieux d'utiliser un thermomètre frontal (pour des prises de température rapprochée), moins précis mais qui permet d'avoir une évolution de la fièvre chez un tout petit (après avoir pris une "vraie" température) sans à avoir à trop le manipuler (séance de déshabillage et de rhabillage). Le thermomètre auriculaire est déconseillé pour les petits car peu précis et pas adapté à la petite taille de l'oreille de l'enfant.

**Un mouche bébé** : pratique et facile à utiliser en cas de rhume, ne pas oublier de stériliser selon l'âge de l'enfant.

**Une pince à épiler** : permet de retirer les éventuelles échardes

**Une paire de ciseaux** : si vous utilisez des pansements et/ou sparadrap non prédécoupés.

**Une paire de ciseaux ou coupe ongles spécial bébé** : Ciseaux à bout rond pour éviter les blessures et toujours couper l'ongle de façon éviter les blessures.

### LES INDISPENSABLES

**Compresses non tissées** : petit modèle en sachet stérile

**Compresses grasses** : à appliquer sur les brûlures légères

**Pansements** : spécial enfants (avec petits motifs) ou non, il faut qu'ils laissent respirer la plaie éventuelle.

**Sparadrap** : privilégié le sparadrap papier moins difficile à enlever.

**Strips de cicatrisation** : permet de rapprocher les bords d'une blessure pour une meilleure cicatrisation ;

**Bande extensible**: petit modèle, elle permet de maintenir les pansements compresses.

### POUR DESINFECTER

**Antiseptique non alcoolisé** : ne pique pas, utiliser un spray, très pratique à utiliser

**Alcool modifié 60% Vol** : permet de nettoyer les instruments.

### POUR SOIGNER LES PETITS BOBOS

**Eosine** : en unie dose, permet d'assécher une plaie, est utilisée lors des soins du cordon ombilical par exemple. Il est préférable d'utiliser l'éosine incolore.

**Spray d'eau de mer ou sérum physiologique** : permet de nettoyer et dégager le nez de bébé, à utiliser en complément du mouche bébé

**Collyre ophtalmologique** : en unidose, permet de nettoyer en douceur les yeux de bébé.

**Crème à l'oxyde zinc** : pour les inflammations locales (fesses rouges, irritations)

**Crème à l'arnica**: anti-bosses et contusions, une valeur sûre.

**Crème contre les piqûres d'insectes** : pensez à l'homéopathie, très efficace !

**Crème cicatrisante**: facilite la cicatrisation d'une plaie.

**Vaseline**: un peu sur l'embout du thermomètre pour une introduction tout en douceur

**Biafine** : pour les brûlures.

## LES MEDICAMENTS

**Paracétamol** : en suppositoire ou en sirop, veiller à utiliser le bon dosage pour votre enfant.

**Sachets de réhydratation** : en cas de vomissements importants s'accompagnant de déshydratation (perte de plus de 10% du poids sur une très courte période).

**Suppositoires d'eucalyptus** : idéal en cas de rhume et d'encombrements.

**Suppositoires anti-nauséeux** : indigestion ou gastro-entérite, ou mal du voyage.

**Suppositoires de glycérine** : en cas de constipation passagère, ne pas utiliser trop fréquemment.

**Sirop pour maux de gorge** : homéopathique ou pas, à adapter selon l'âge de l'enfant.

**Sirop pour les poussées dentaires** : accoupler avec un gel local, du paracétamol et/ou l'homéopathie, ainsi qu'une bonne dose de patience

## QUELQUES CONSEILS

Certains médicaments se gardent au frais. Regrouper ces produits dans une boîte hermétique et étiquetée hors de la portée de vos enfants.

Ne pas garder les médicaments trop longtemps après qu'ils aient été entamés.

Jeter les flacons à usage unique dès la fin de la première utilisation.

Vérifier régulièrement les dates de péremption des médicaments.

Votre pédiatre, votre médecin généraliste ou votre pharmacien sont les personnes les plus adaptées pour vous conseiller l'utilisation de produits pharmaceutiques. Lisez et respectez scrupuleusement les notices.

*Source: Guide des urgences de l'enfant et du nourrisson " Edition Tribune Santé"*