

Check-list : pharmacie de voyage pour l'Australie

Voici les articles essentiels pour votre pharmacie de voyage pour l'Australie :

Protection solaire

- crème solaire
- lunettes de soleil
- chapeau ou autre protection pour la tête
- après-soleil et/ou crème hydratante

Attention : le rayonnement UV en Australie ne doit pas être sous-estimé. Emportez une crème solaire avec un indice de protection élevé (au moins 35). En Australie, on trouve en outre des crèmes solaires avec un indice de protection plus élevé qu'en Suisse. Le mieux est d'acheter des produits supplémentaires sur place.

Allergies et piqûres d'insectes

- insecticide (de préférence avec les substances actives DEET et icaridine)
- stick ou pommade contre les insectes pour traiter les piqûres d'insectes
- produits pour le traitement des réactions allergiques (p. ex. antihistaminiques)

Attention : en cas de gonflement important ou de rougeur autour de la piqûre d'insecte, consultez un médecin.

Hygiène et protection contre les germes

- savon
- désinfectant pour les mains
- lingettes désinfectantes et désinfectants pour les surfaces
- masques

Nausées et troubles

gastro-intestinaux

- médicaments contre le mal des transports ou les nausées
- médicaments contre la diarrhée
- médicaments contre la constipation

Pour les plaies et les écorchures

- désinfectant
- divers pansements : de différentes tailles, pansements pour ampoules, pansements résistants à l'eau
- compresses de gaze, pansements adhésifs et bandes élastiques
- pansement rapide

Contre la fièvre et les douleurs

- analgésiques pour réduire la fièvre
- anti-inflammatoire
- thermomètre

Attention : renoncez aux médicaments dont la substance active est l'acide acétylsalicylique. Ceux-ci peuvent aggraver les effets de certaines maladies tropicales, comme la dengue ou le paludisme. La dengue peut être présente de manière sporadique en Australie. Dans les îles Cook, par exemple, quelques cas ont été signalés fin 2020. Une bonne protection contre les moustiques est toutefois recommandée dans tout le pays.

Refroidissements

- comprimés contre la toux et/ou le mal de gorge
- gouttes pour le nez
- gouttes auriculaires

Accessoires pour pharmacie de voyage

- gants à usage unique
- ciseaux
- pince à épiler

Contenu individuel

- médicaments personnels (à discuter de préférence au préalable avec votre médecin)
- lentilles de contact, produits de nettoyage, lunettes de rechange
- médicaments pour les enfants
- médicaments pour le chien
- pilule/préservatifs

Remarque : en Australie, les réglementations douanières et les restrictions d'importation de médicaments sont très strictes. Cela inclut les hormones de croissance et les stéroïdes. Vérifiez si vous pouvez emporter le médicament que vous souhaitez.

→ **Australian Border Office: Can you bring it in? (seulement en anglais)**