



PROPOSITION POUR UNE TROUSSE D'URGENCE COMPRENDRE ET AGIR

**A DISPOSITION POUR CHAQUE SÉANCE,
ENCADRÉE PAR UN ÉDUCATEUR SPORTIF**

1) Matériel de base pour les soins immédiats

- Pansements et bandages : pansements adhésifs de différentes tailles, bandages élastiques (type Elastoplaste®, Strappal®), compresses stériles, sparadrap.
- Désinfection : antiseptique (type Biseptine® ou Chlorexidine), lingettes désinfectantes, savon doux.
- Glaçage : poche de glace instantanée (*éventuellement improviser avec des sacs congélation et des glaçons trouvés sur place*), bandage cohésif type Velpo®.
- Protection : gants à usage unique (non stériles), masque de protection, gel hydroalcoolique.

2) Matériel spécifique aux blessures sportives

- Entorses / Claquages : bandages élastiques, attelle légère pour immobilisation temporaire.
- Plaies : Stéri-strip® pour fermer les petites plaies.
- Epistaxis (*saignement de nez*) : mèche Coalgan®.
- Brûlures superficielles : compresses stériles non adhésives type Compeed®.
- Yeux : sérum physiologique (*pour rincer en cas de projection*) et compresses stériles.

3) Petit matériel

- Ciseaux à bout rond, pince à épiler, lampe torche, carnet et stylo (*pour noter les observations*), sachets de sucre.



4) Organisation & maintenance

- Boîte étanche et identifiable : trousse rouge, facile à transporter, accessible à tous les encadrants.
- Liste des numéros d'urgence : SAMU, pompiers, club, etc.
- Vérification régulière : contrôle péremption, réapprovisionnement.
- A éviter : Ne pas inclure de médicaments ni de matériel médical invasif (seringues, aiguilles).

EN CAS DE MANIFESTATIONS ET COMPÉTITIONS SPORTIVES

Prévoir, outre le matériel de base, une couverture de survie, un masque de réanimation RCP (*permet un bouche à bouche sans contact direct*), une écharpe triangulaire, le tout dans un sac compact et modulable.

EXEMPLES DE FABRICANTS DE TROUSSES DE SECOURS ADAPTÉES AU SPORT

EVNC

MEDISAFE

SECURIMED

TAMO

123SECOURS



MON MATÉRIEL EN PHARMACIE

Au total, on peut recommander l'achat groupé de petites trousse avec le matériel de base pour les cours et entraînement et quelques grandes trousse pour les manifestations et compétitions.

! Cette liste, ainsi que l'ensemble des informations données dans le cadre de la présente note d'information ne sont pas exhaustives et sont données simplement à titre indicatif.