

## CONTENU INDICATIF D'UNE BOÎTE DE SECOURS À USAGE SPORTIF

- + 1 paire de ciseaux fins inoxydables
- + Ciseaux de brancardier (découpage vêtements, ceinture)
- + 1 crochet à tique
- + 1 pince à écharde inoxydable
- + Épingles de sureté inoxydables (5)
- + Boîte de gants à usage unique (si possible sans latex) (2)
- + Compresses stériles et non stériles de petite et grande tailles
- + Bandages en gaze élastique
- + Bandages triangulaires en coton (stériles et non stériles)
- + Rouleau de sparadrap hypoallergénique (avec et sans compresse)
- + Désinfectant pour blessures ouvertes
- + Désinfectant pour le matériel et pour les mains : alcool désinfectant 70 %
- + Sac de glace surgelée ou glace instantanée (cold/hot pack)
- + Couverture de survie en aluminium
- + Feuille avec filtre pour la protection lors du bouche-à-bouche
- + Crèmes pour brûlures, antiallergique, anti-traumatique, anti-inflammatoires
- + Boîte de pansements compressifs stériles de différentes tailles (2)
- + Sachets plastiques
- + Bandages élastiques type Velpeau
- + Sérum physiologique en flapule de 5 ml
- + Agrafes élastiques (10)
- + Tampons de gaze
- + Savon neutre (de préférence liquide)
- + Liste des numéros de téléphone utiles (internes – externes)
- + Carnet d'instructions « soins d'urgence en attendant l'arrivée du médecin »

En complément, suivant l'analyse des risques, il est peut-être nécessaire d'ajouter au contenu de base les éléments suivants :

- + Notice de 1ers secours
- + Bandages cohésifs
- + Bandages/pansements compressifs
- + Pansements anti-ampoules
- + Ouate hémostatique
- + Lave œil
- + Compresses oculaires
- + Sutures cutanées adhésives
- + Masque de réanimation
- + Doigtier
- + Arnica
- + Antimoustiques
- + Sucre