



LISTE DE VÉRIFICATION DE LA TROUSSE DE PREMIERS SOINS

Une trousse de premiers soins complète est essentielle. Cette trousse doit être préparée attentivement et réapprovisionnée régulièrement afin de pouvoir traiter les blessures les plus communes. De plus, elle doit être accessible à ceux qui en sont responsables pour l'équipe. Voici une liste de vérification à garder dans la trousse de premiers soins pour vous assurer régulièrement qu'elle soit complète.

ARTICLES	DATE/VÉRIFIÉE PAR (Initiales)															
Gants chirurgicaux																
Peroxide																
Savon antiseptique doux																
Lingettes désinfectées																
Diachylons																
Pansements																
Compresse de gaze stérile																
Bandage auto-adhésif																
Pansement Second Skin*																
Bandage triangulaire																
Épingles de sûreté																
Boîte de jus																
Sacs de plastique pour la glace																
Ciseaux																
Pinces																
Ruban adhésif**																
Monnaie pour téléphone																
Numéros de téléphone des SMU																
Formulaires médicaux et coord. Des participants																

* Second Skin est le nom d'une marque de produit qui est directement appliqué sur une ampoule (très utile quand les participants portent de nouvelles chaussures)

** Si le ruban adhésif ne doit pas être utilisé pour les pansements, cet article peut être inclus dans la trousse de premiers soins pour réparer des pièces d'équipement et éviter d'utiliser le ruban adhésif propre aux premiers soins qui est plus coûteux.

La possession et l'utilisation d'un téléphone cellulaire est le moyen le plus rapide d'obtenir le soutien des services médicaux d'urgence.