



# La trousse de secours

Elle est indispensable afin d'apporter les premiers soins lors d'une blessure sur un terrain.

- Les dirigeants du club et l'éducateur sont les garants de son contenu et de sa gestion.
- Vérifier à chaque début de saison les dates de péremption des produits.
- La mallette de soins doit être complète et rangée. Les joueurs ne doivent pas y avoir accès seuls.

Voici les produits indispensables :

### Matériel de base :

- Ciseaux à bouts ronds
- Gants stériles et non stériles
- Eau, gobelets, sucres
- Sérum physiologique (yeux, lentille)
- Sous réserve de connaître les risques d'allergie des joueurs, prévoir des médicaments antalgiques type paracétamol

### Pour les traumatismes :

- Une bombe de froid
- Bandes élastiques cohésives avec plusieurs largeurs
  - ▶ Les joueurs qui nécessitent régulièrement la pose d'un strapping doivent s'équiper eux-mêmes.
- Bandes élastiques non cohésives
- Bandes de compression
- Pommades contre les coups + granulés homéopathiques
- Pommades anti-inflammatoires

### Pour les plaies et hémorragies :

- Antiseptiques (spray ou unidose)
- Solution pour désinfecter les plaies
- Compresses stériles individuelles (grandes et petites)
- Compresses hémostatiques type coalgan (saignement de nez)
- Deuxième peau, protection contre les ampoules
- Pansements stériles
- Sparadrap
- Eviter les cotons qui collent aux plaies
- Eviter les désinfectants qui se périment rapidement

### + Pour la pharmacie du club :

- Des éléments de contention (attelles, chevillères...)
- Une paire de béquilles
- Une pince à épiler
- Un coupe-ongle
- Une civière

### EN CAS D'URGENCE

- Appelez les pompiers : le **18 d'un téléphone fixe** ; le **112 d'un téléphone portable**.
- Appelez le SAMU : le **15 d'un poste fixe** ; le **112 d'un téléphone portable**.
- En cas de perte de connaissance ou de blessure importante, la consultation d'un médecin est impérative.