

À la rédaction du dépliant:

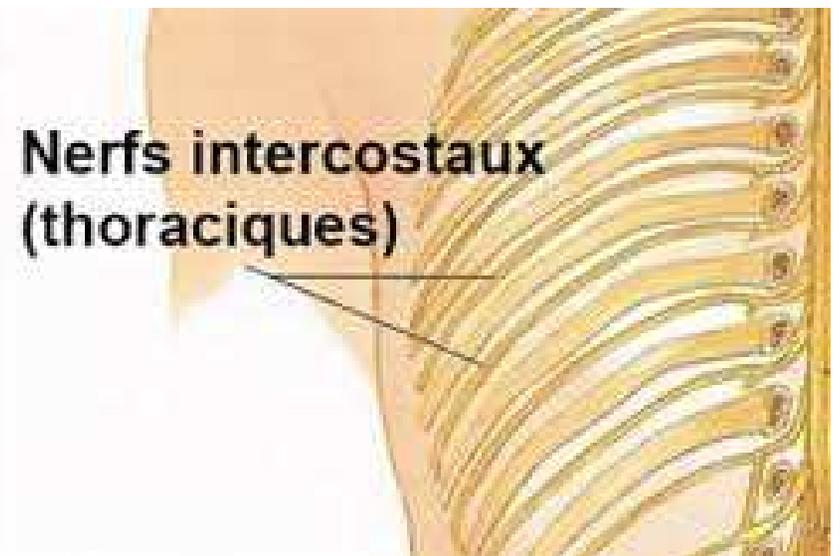
Marielle Blain, infirmière clinicienne, Service consultatif de gestion de la douleur
Avec la collaboration de Carine Milante, conseillère en soins spécialisés

Mise à jour Mai 2014

Direction des soins infirmiers, de la qualité et des programmes de santé publique
CSSS Pierre-Boucher

Informations à l'intention de la clientèle

Infiltration d'un nerf intercostal



Rappelez-vous que vous pouvez agir sur votre douleur par

- Des activités modérées, sans excès, selon votre tolérance et vos limites
- Des exercices progressifs
- Une médication prise adéquatement et de façon régulière
- Une diète pour le maintien d'un poids santé
- Des techniques de relaxation, de gestion de stress, des passe-temps favoris

Comment rejoindre le service consultatif de la gestion de la douleur

Si vous avez des inquiétudes à la suite de votre infiltration, vous pouvez communiquer avec notre équipe:

Du lundi au vendredi de 8h à 15h30



Au 450 468-8111 poste 82334

En tout temps 24 heures par jour, 7 jours par semaine avec l'infirmière d'info-santé **(8-1-1)**



APPELEZ INFO-SANTÉ
24 heures par jour, 7 jours par semaine

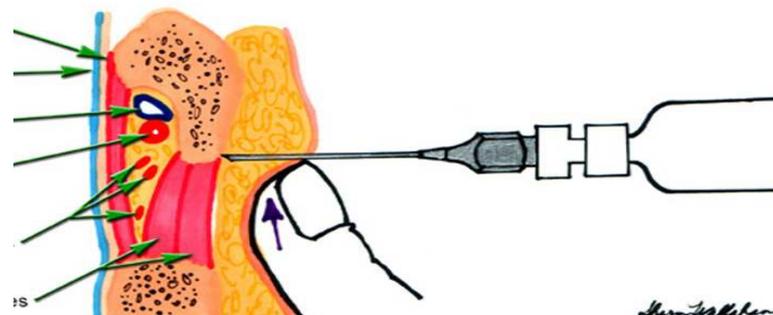
Plusieurs facteurs peuvent causer la névralgie intercostale:

- Un mouvement brusque, un effort violent ou soutenu
- Un traumatisme direct sur le nerf
- Une fracture de côtes
- Une opération thoracique
- Une compression d'un nerf intercostal
- Frottement tissus/vêtements

Chez certains patients la névralgie guérit spontanément et chez d'autres il est nécessaire de traiter la cause. Des médicaments, traitements de physiothérapie, ostéothérapie, massothérapie et acupuncture peuvent soulager la douleur et les symptômes. Dans certains cas, une infiltration est suggérée.

Qu'est-ce que l'infiltration d'un nerf intercostal?

Il s'agit d'une injection, d'un mélange de deux (2) médicaments (anesthésique local et de cortisone), au niveau d'un nerf entre deux (2) côtes afin de diminuer l'inflammation des tissus. Le soulagement et la diminution des douleurs et symptômes peuvent varier d'une personne à une autre.



Qu'est-ce que l'infiltration d'un nerf intercostal? (suite)

Les deux (2) médicaments agissent de façon différentes:

- L'anesthésique local aide à diminuer la douleur et les spasmes musculaires. Il agit rapidement et son effet peut durer jusqu'à quelques heures après l'injection. Ce médicament peut donner des sensations de chaleur et d'engourdissement au site d'injection.
- La cortisone aide à diminuer l'inflammation des tissus. Elle peut créer une irritation temporaire. **Il est possible que la douleur soit accentuée dans les jours qui suivent l'infiltration.**

Les effets commencent graduellement dans les 2 à 10 jours après l'injection. La durée d'action est observée à plus long terme et varie d'une personne à une autre.

Pour assurer un contrôle de la quantité de cortisone reçue et éviter ainsi des problèmes de santé reliés à une trop grande dose de cortisone dans votre organisme, une limite de 3 à 4 infiltrations est recommandée pour une période de 12 mois.

Première journée après l'infiltration

La première journée après l'infiltration vous pourriez ressentir certains inconvénients:

- Sensation d'engourdissement au site d'injection: Lorsque l'engourdissement est présent, **ne pas appliquer de chaleur** (ex: bouillotte, bain, douche, etc.) pour éviter le risque de brûlure
- Sensibilité au site de l'injection:
 - Le soir et le lendemain de l'infiltration, appliquer de la glace, 5 à 10 minutes aux 3 à 4 heures
 - Au besoin prendre de l'acétaminophène (Tylenol) 1 à 2 comprimés aux 4 à 6 heures, maximum 3 g/jour

Conseils après l'infiltration

- Retirer le diachylon le soir même
- Prendre vos médicaments comme à l'habitude
- Pas de bain, piscine ou spa pour 24 heures
- Douche permise
- Prendre rendez-vous avec votre médecin de famille 4 à 6 semaines après l'infiltration
- Le patient diabétique doit surveiller plus étroitement sa glycémie et agir selon les directives reçues

La journée de l'infiltration et le lendemain effectuer des activités douces (ex.: lecture, musique/télé) et par la suite reprendre graduellement les activités de vie quotidienne

Les différents suivis (ex.: physiothérapie, ergothérapie, massothérapie, etc.) peuvent reprendre après 3 à 7 jours selon les recommandations du médecin

Aviser rapidement si les symptômes suivants se présentent:

- Région infiltrée présente des signes de rougeur, chaleur, gonflement, douleur et /ou si vous faites de la fièvre (>38°C)
- Difficulté à respirer, souffle court
- Toux
- Douleur thoracique