

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

Novembre 2013

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

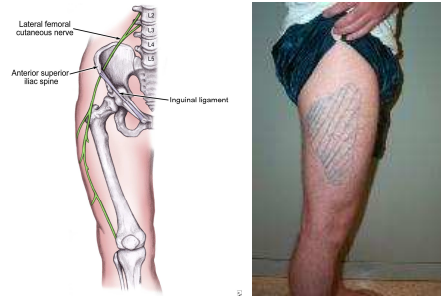
Informations à l'intention de la clientèle

Infiltration du nerf cutané de la cuisse



Qu'est-ce que la névralgie du nerf cutané latéral (*meralgia paresthetica*) ?

Le nerf fémoro-cutané latéral est un nerf purement sensitif qui donne la sensation de la partie antéro-externe (devant et du côté externe) de la cuisse.



La névralgie cutanée latérale de la cuisse appelée également *meralgia paresthetica* se caractérise par l'apparition de symptômes douloureux sur la face antéro-externe (avant et côté) de la cuisse:

- Dysesthésie (sensation désagréable anormale)
- Hypoesthésie (diminution de la sensation)
- Picotement, brûlure
- Chocs électriques
- Engourdissement

Plusieurs facteurs peuvent causer la névralgie ou une compression du nerf:

- Un traumatisme direct sur le nerf
- Une augmentation ou une perte de poids rapide
- Le port de ceinture ou vêtements serrés
- La grossesse
- Le diabète
- L'arthrose
- Certaines maladies inflammatoires
- La marche, la position prolongée debout ou assise peuvent augmenter les symptômes

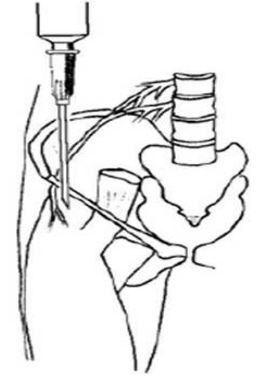
Chez certains patients la névralgie guérit spontanément, chez d'autres, il est nécessaire de traiter la cause si connue. Des médicaments, traitements de physiothérapie, ostéothérapie, massothérapie, d'acupuncture peuvent soulager. Dans certains cas, une infiltration est suggérée.

Notes supplémentaires

Notes supplémentaires

Qu'est-ce que l'infiltration du nerf cutané latéral de la cuisse ?

Il s'agit d'une injection d'un mélange de deux (2) médicaments (anesthésique local et de cortisone) dans la région du nerf cutané latéral de la cuisse afin de diminuer l'inflammation des tissus. Le soulagement et la diminution des douleurs et symptômes peuvent varier d'une personne à une autre.



Les 2 médicaments agissent de façon différente:

- 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 des tissus. **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 reliés à une trop grande dose de cortisone dans votre organisme, le nombre d'infiltration est limité de 3 à 4 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 à la cuisse
 - Prudence dans vos déplacements et dans les escaliers pour éviter les risques de chutes
 - Lorsque l'engourdissement est présent, **ne pas** appliquer de chaleur (ex.: bouillotte, bain, douche, etc.) pour éviter le risque de brûlure
- Sensibilité au site d'injection
 - Le soir et le lendemain de l'infiltration, appliquer de la glace, 5 à 10 minutes aux 3 à 4 heures
 - Tylenol (acétaminophène) 1 à 2 comprimés aux 4 à 6 heures au besoin, maximum 3g/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
- Aviser rapidement si la région infiltrée présente des signes de rougeur, chaleur, gonflement, douleur et /ou si vous faites de la fièvre (>38°C)
- 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

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