

Centre de santé et de services sociaux
Pierre-Boucher



CRÉER DES LIENS POUR LA VIE

Élaboré par
Marielle Blain, infirmière clinicienne, service consultatif gestion douleur
et avec la collaboration de
Carine Milante, conseillère en soins spécialisés, Direction des soins infirmiers,
programmes de santé publique et de l'organisation communautaire

secrétariat/dépliant/chirurgie/péridurale thérapeutique
DSIPSP 2011/08/31 (Mise à jour 2012/07/11)

Centre de santé et de services sociaux
Pierre-Boucher

CRÉER DES LIENS POUR LA VIE

PÉRIDURALE THÉRAPEUTIQUE





Comment joindre le service consultatif de gestion de la douleur

Si vous avez des inquiétudes à la suite de votre infiltration, vous pouvez communiquer de 8h à 16 h du lundi au vendredi avec l'équipe du service au:

 **450 468-8111 poste 82334**

Vous êtes inquiet de votre état de santé, vous pouvez rejoindre en tout temps 24 heures par jour, 7 jours par semaine une infirmière d'Info-Santé au:



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 niveau du dos ou des jambes.
- **La cortisone** aide à diminuer l'inflammation des tissus et la compression sur la racine des nerfs. La cortisone est irritante pour les 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 de péridurale est limité de 3 à 4 pour une période de 12 mois.

Péridurale thérapeutique

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

- ☑ Étourdissement, sensation de faiblesse et engourdissement aux jambes
 - Prudence dans vos déplacements et dans les escaliers pour éviter les risques de chute
- ☑ Nausée
 - Prendre repas léger
 - Bien s'hydrater
- ☑ Sensibilité au site de l'injection ou sensation de raideur au bas du dos
 - Le soir et le lendemain de l'infiltration, appliquer de la glace, 5-10 minutes aux 3-4 heures
- ☑ Maux de tête
 - Boire beaucoup d'eau
 - Repos couché au lit
 - Tylénol 1 à 2 comprimés aux 4-6 heures, au besoin
 - Aviser l'infirmière de la clinique

Si vous notez une augmentation des faiblesses, des engourdissements et/ou de maux de tête, communiquez avec le service ou présentez-vous à l'urgence la plus près de chez-vous.

Péridurale thérapeutique

Conseils après l'infiltration

- Ne pas conduire d'automobile pour 24 heures
- Retirer votre 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 4-6 semaines après l'infiltration
- Le patient diabétique doit surveiller plus étroitement sa glycémie et agir selon directives reçues

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, des passe-temps favoris