

La péridurale lombaire

Une façon d'agir sur votre douleur



Votre médecin vous a parlé de la péridurale lombaire. Ce traitement a pour but de diminuer la douleur que vous avez au dos et/ou aux jambes. La péridurale lombaire est une injection que l'on fait dans le bas du dos. Ce traitement est aussi appelé « épidurale ».

Comment se passe le traitement ?

Le traitement dure entre 15 et 20 minutes. Pendant ce temps, vous serez assis ou couché sur le côté.

Les étapes du traitement

- 1 On désinfecte la peau à l'endroit où l'on fera entrer l'aiguille.
- 2 On « gèle » l'endroit avec un anesthésique local.
- 3 On fait pénétrer l'aiguille, puis on injecte les médicaments.

Quand le traitement fera-t-il effet ?

L'anesthésique local et la cortisone jouent des rôles différents.

- 1 **L'anesthésique local « gèle » temporairement la douleur.** Il agit presque tout de suite après l'injection. Vous sentirez peut-être une chaleur et un engourdissement aux fesses et aux jambes. Ces sensations peuvent durer plus d'une heure. Vous devez rester couché jusqu'à ce qu'elles soient parties.
- 2 **La cortisone réduit l'inflammation des tissus.** Elle agit de 2 à 10 jours après l'injection. Son action commence lentement. Le soulagement est observé à plus long terme.

Les effets peuvent varier d'une personne à l'autre. Après l'injection, la douleur pourrait :

- > diminuer dès la première journée, puis baisser lentement les jours suivants
- > être plus forte pendant quelques jours
- > rester la même

Il se peut que vous ayez besoin de plus d'un traitement.

Quels sont les inconvénients du traitement ?

Vous pourriez vivre certains inconforts. C'est tout à fait normal.

- > **Maux de cœur, étourdissements et faiblesse.** Ces effets pourraient apparaître lorsque vous serez dans la salle de repos de la clinique. L'infirmière sur place surveillera votre état et vous donnera les soins dont vous avez besoin.
- > **Douleur au site d'injection, douleur ou raideur au bas du dos.** Ces effets pourraient être présents pendant quelques jours. L'aiguille cause une petite blessure lors de l'injection. Pour calmer la douleur, mettez de la glace le soir et le lendemain du traitement, pendant 5 à 10 minutes. Répétez ces soins au besoin. Les jours suivants, mettez une bouillotte. Vous pouvez prendre un bain chaud.

- > **Maux de tête.** Vous pourriez avoir mal à la tête après le traitement ou au retour à la maison. Couchez-vous et buvez beaucoup d'eau. Vous pouvez prendre 1 ou 2 comprimés d'acétaminophène (Tylenol) toutes les 4 à 6 heures, au besoin. Si le mal de tête dure plus de 4 jours et reste intense, parlez-en à votre médecin de la clinique antidouleur.
- > Si vous notez une **augmentation progressive de la douleur, des engourdissements plus importants, ou une faiblesse qui augmente de plus en plus** au cours des jours qui suivent la péridurale, appelez à la clinique antidouleur ou allez à l'urgence.
- > D'autres effets secondaires sont possibles, par exemple un hématome (un « bleu »), des rougeurs au visage ou au cou, une hausse de votre tension artérielle, un engourdissement aux jambes ou chez les diabétiques, un taux de sucre dans le sang (glycémie) plus élevé. Tous ces effets sont passagers.
- > Les risques d'une blessure à un nerf, d'une infection ou d'une paralysie sont rares.

Dois-je être à jeun AVANT le traitement ?

Oui, soyez à jeun si c'est votre premier traitement. Ne mangez pas au cours des 6 heures avant. Vous pouvez boire de l'eau ou des liquides clairs (on peut voir au travers). Si tout se passe bien, vous n'aurez pas besoin d'être à jeun les fois suivantes.

Notes importantes

Dites à votre médecin de la clinique antidouleur si :

- > vous êtes enceinte ou prévoyez le devenir
- > vous prenez des médicaments qui empêchent la coagulation (anticoagulants, exemple : Coumadin, Plavix)

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Vous devez annuler votre rendez-vous si vous avez :

- > une infection (rhume, sinusite, bronchite, pneumonie, etc.)
- > de la fièvre
- > des nausées, des vomissements ou de la diarrhée



RAPPELEZ-VOUS

Vous pouvez agir sur votre douleur! Comment? En pratiquant :

- des activités légères
- la relaxation
- vos loisirs et passe-temps favoris

Adoptez une diète qui vous aide à garder un poids santé. Prenez aussi vos médicaments (anti-inflammatoires, analgésiques) de la bonne façon.

À qui poser mes questions?

Si vous avez des questions sur votre médication, posez-les à votre pharmacien ou à l'infirmière de la clinique. Sinon, posez-les à votre médecin à votre prochain rendez-vous.



RESSOURCES UTILES

Association québécoise de la douleur chronique :

> douleurchronique.org

Société canadienne de la douleur :

> canadianpainsociety.ca (en anglais)

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante