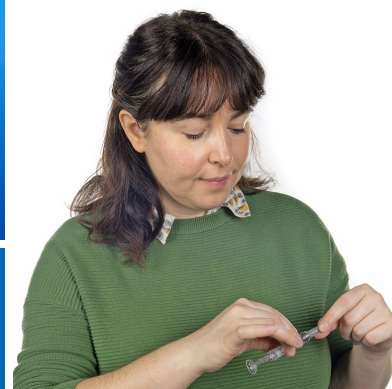


# S'injecter un médicament pour avoir plus de globules blancs



Votre médecin vous a prescrit un médicament pour stimuler la croissance de vos globules blancs (ex. : Neupogen, Grastofil, Filgrastim). Cette fiche vous explique comment vous l'injecter vous-même.

## Pourquoi dois-je prendre ce médicament ?

Ce médicament est un « facteur de croissance hématopoïétique » (ex. : Neupogen, Grastofil, Filgrastim). Il fait augmenter le nombre de vos globules blancs. Cela permet à votre corps de mieux combattre les infections. Le médicament peut être prescrit aux patients qui :

- ont un cancer et sont traités par chimiothérapie
- vont avoir une greffe de moelle osseuse et à qui on doit prélever des cellules souches
- ont une leucémie myéloïde aiguë
- ont une baisse chronique de globules blancs
- sont infectés par le VIH

## Comment dois-je prendre ce médicament ?

Il s'injecte sous la peau, tous les jours, selon les indications de votre médecin. Cela prend environ 10 minutes.

## De quel matériel ai-je besoin ?

Voici ce qu'il faut :

Contenant pour déchets pointus (disponible à la pharmacie)



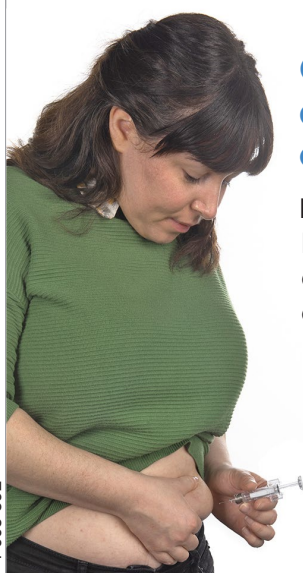
Coton (tampon d'ouate) à utiliser après l'injection



Seringue pré-remplie avec le médicament

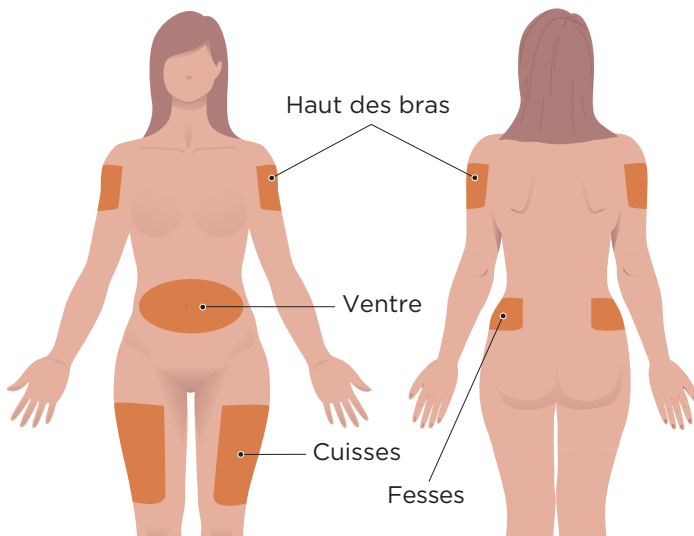


Tampon d'alcool



## Dans quelle partie du corps se fait l'injection ?

Faites-la sur le ventre ou le dessus des cuisses, selon les indications de votre médecin. Elle peut se faire aussi sur les bras si c'est un proche qui vous la fait.



Si vous allez faire un exercice qui fait forcer les cuisses le même jour, piquez dans le gras du ventre.

Examinez votre peau. Il ne faut pas vous piquer à un endroit où il y a :

- une plaie
- de la douleur
- un tatouage, un grain de beauté ou une cicatrice
- une rougeur
- un gonflement
- un bleu (ecchymose)
- une tension dans la peau



## Comment m'injecter le médicament ?

En Annexe, page 4, se trouvent toutes les étapes à suivre pour bien prendre le médicament.

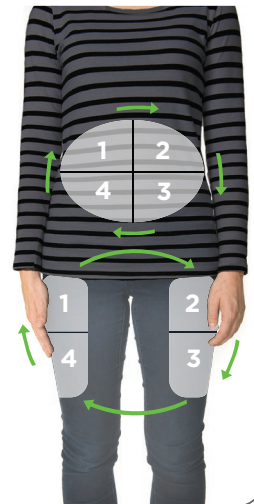
Si vous avez peur de vous injecter le médicament, faites-le faire par quelqu'un les premières fois. Toutefois, la personne qui vous fait l'injection doit avoir été formée, comme vous, par une infirmière.



## ATTENTION

Changez de zone à chaque injection. Cela réduit l'inconfort, protège la peau et permet au médicament d'être plus efficace.

Pour changer d'endroit, tournez dans le sens des aiguilles d'une montre d'une zone à l'autre. Gardez toujours une distance d'au moins 2,5 cm (1 pouce) entre les zones où vous vous piquez. Ne vous piquez pas à moins de 5 cm (2 pouces) du nombril.



## Quels sont les effets secondaires ?

Voici ceux qui sont possibles :

- > Légère douleur, petit saignement, bleu (ecchymose) ou bosse aux endroits où vous vous êtes piqué. Cela va partir avec le temps. Pour soulager la douleur, appliquez une serviette froide. Évitez de masser.
- > Douleurs aux os, surtout dans le bas du dos, au bassin, aux jambes, aux muscles ou aux articulations. C'est normal, car le médicament stimule la production des globules blancs, qui se fait dans les os.

Pour soulager la douleur, vous pouvez :

- prendre de l'acétaminophène (Tylenol) toutes les 4 à 6 heures. **Attention!** Vous devez obligatoirement prendre votre température avant.
- prendre un comprimé de loratadine 10 mg, 1 fois par jour (en vente libre en pharmacie).
- appliquer de la chaleur sur la zone qui fait mal (ex. : sac magique, bouillotte).
- prendre un bain chaud.

## Y a-t-il des précautions à prendre ?

- > Assurez-vous de respecter la dose et l'heure indiquées par votre médecin.
  - Si vous oubliez une dose, avisez votre médecin ou votre pharmacien.
- > Conservez le médicament au réfrigérateur.
- > Pendant le traitement, consultez votre pharmacien avant de prendre des produits naturels.
- > Commandez à l'avance votre médicament pour les prochains cycles de traitement.
- > En général, votre médicament est renouvelable. Toutefois, vérifiez à l'avance qu'il vous reste des renouvellements pour ne pas être pris de court.
- > Votre pharmacie a besoin d'environ 1 à 2 jours pour recevoir le médicament. Soyez prévoyant.
- > Si c'est le CLSC qui vous fait les injections, prenez rendez-vous quelques jours à l'avance pour être sûr d'avoir une place au moment voulu.

## Quels symptômes surveiller ?

Appelez votre infirmière-pivot en oncologie ou au triage téléphonique si vous avez les symptômes suivants. Ce service est disponible du lundi au vendredi de 8 h à 16 h.

Tél. : .....

- Des douleurs aux os non soulagées par les médicaments
- Une envie de vomir (nausées)
- Un signe d'infection à l'endroit où vous vous êtes piqué : rougeur, douleur, sensation de chaleur ou pus
- Une éruption cutanée (rougeur ou boutons sur la peau)



Appelez le **514 890-8086** si vous avez les symptômes suivants :

- Une température prise par la bouche qui dépasse 38 °C (100,4 °F) pendant plus d'une heure ou qui dépasse 38,3 °C (100,9 °F)
- Des frissons
- De la difficulté à respirer
- Une augmentation rapide des battements du cœur

Ce service d'aide est offert 7 jours sur 7, 24 h sur 24. Lors de l'appel, assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main.

## À qui m'adresser pour obtenir de l'aide ou poser des questions ?

Pour tout questionnement, vous pouvez appeler votre infirmière-pivot en oncologie ou au triage téléphonique.



### RESSOURCES UTILES

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](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)



### Questions


*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.*

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal  
[chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)

### 1

#### PRÉPAREZ-VOUS



- 1- Lavez-vous bien les mains à l'eau et au savon.



- 2- Rassemblez le matériel.



- 3- Asseyez-vous ou allongez-vous confortablement.  
Sur l'endroit où vous allez piquer, passez un tampon d'alcool en tournant du centre vers l'extérieur. Laissez sécher à l'air quelques secondes.



Pour ne pas contaminer la zone, ne séchez pas en soufflant sur la peau, en agitant la main ou en essuyant.



## 2

### INJECTEZ LE MÉDICAMENT



1- Prenez la seringue par sa partie centrale.



2- Si vous remarquez une bulle d'air dans la seringue, **ne la faites pas sortir**. Faites-la plutôt remonter vers le piston de la seringue en tapotant.



3- Retirez le bouchon de l'aiguille sans toucher à celle-ci. Tenez la seringue avec votre main dominante.



4- Pincez votre peau. Cela permet d'injecter le médicament dans la couche de tissu qui se situe sous la peau. Gardez la peau pincée tout au long de l'injection.

**2****INJECTEZ LE MÉDICAMENT (SUITE)**

**5-** Rentrez l'aiguille à 45 degrés par rapport à la peau.



**6-** Poussez sur le piston de la seringue pour injecter tout le médicament. **Ne tirez jamais sur le piston.**



**7-** Attendez 3 secondes, relâchez la peau, puis retirez l'aiguille sous le même angle que vous l'avez rentrée.  
Note : certaines seringues ont un système pour recouvrir l'aiguille à la fin de l'injection. Cela permet de diminuer les risques de se piquer par accident.



**8-** Prenez un morceau de coton pour faire une pression (sans frotter) sur l'endroit de la piqûre pendant 5 minutes pour éviter les bleus.

### 3

## TERMINEZ LE SOIN



- 1- Essuyez votre peau avec un coton pour éponger les gouttes de médicament ou de sang qui pourraient couler. Ne massez pas.



- 2- Jetez la seringue et le bouchon dans le contenant pour déchets pointus. Ne remettez pas le bouchon sur l'aiguille pour ne pas vous piquer.



- 3- Lavez-vous les mains après avoir tout fini.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal  
[chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)