

S'injecter un anticoagulant

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides

Québec



Document produit par le Centre hospitalier de l'Université de Montréal, diffusé avec son autorisation et adapté à la demande du Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides.

Votre médecin vous a prescrit un médicament pour rendre votre sang plus fluide (ex. : Lovenox, Fragmin, Héparine). Cette fiche vous explique comment vous l'injecter vous-même.

Pourquoi dois-je prendre ce médicament ?

Les anticoagulants empêchent les caillots de se former dans le sang. Ils peuvent aussi éliminer des caillots qui sont déjà présents.

Vous devez en prendre parce que vous :

- allez avoir ou avez eu une opération
- devez rester au lit
- êtes à risque de caillots dans le sang en raison d'un problème de santé ou d'un médicament que vous prenez

Comment dois-je prendre ce médicament ?

Il s'injecte dans les tissus sous la peau. Cela doit être fait tous les jours à la même heure durant une période fixe ou selon les indications de votre médecin. Vous aurez besoin d'environ 10 minutes pour faire l'injection.



De quel matériel ai-je besoin ?

Voici ce qu'il faut :



Dans quelle partie du corps se fait l'injection ?

Choisissez le ventre ou le côté des cuisses, selon les indications de votre médecin.

Si vous prévoyez faire le même jour un exercice qui fait forcer les cuisses, piquez dans le gras du ventre. Si vous êtes enceinte, vous pouvez vous piquer dans le gras du ventre tant que la peau est souple. Lorsqu'elle deviendra tendue, il faudra vous piquer dans les cuisses.



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

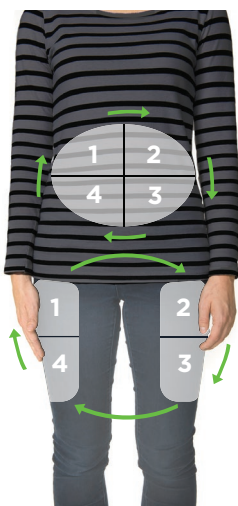
- une plaie
- de la douleur
- un tatouage, un grain de beauté ou une cicatrice
- une rougeur
- un gonflement
- un bleu (ecchymose)
- une tension dans la peau



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.



Comment m'injecter le médicament ?

Dans l'Annexe, page 4, vous trouverez 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 d'autre les premières fois. Toutefois, la personne qui vous fait l'injection doit avoir été formée, comme vous, par une infirmière.

Quels sont les effets secondaires ?

Vous pourriez avoir une légère douleur, un petit saignement, un bleu (ecchymose) ou une bosse aux endroits où vous vous êtes piqué. Ils vont partir avec le temps.

Vous pourriez aussi avoir des selles noires ou qui ressemblent à du goudron. C'est un effet temporaire.

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.
 - Ne prenez jamais une double dose.
- > Conservez le médicament à la température de la pièce.
- > Consultez votre pharmacien avant de prendre des produits naturels.
- > Évitez les sports de contact (ex. : football) ou les activités à risque de chute.
- > En cas de douleur, appliquez une serviette froide. Évitez de masser.
- > Faites attention en vous brossant les dents et en vous rasant. Ces soins d'hygiène peuvent causer de légers saignements.



Quels symptômes surveiller?

Parlez à votre médecin si vous avez :

- Des saignements anormaux (ex. : des gencives, du nez, dans les selles ou dans les urines)
- Des signes d'infection à l'endroit de la piqûre (rougeur, douleur, chaleur ou pus)
- Une éruption cutanée (rougeur ou boutons sur la peau)
- Des bleus (ecchymoses) inhabituels et de grande taille

Allez à l'urgence si vous avez au moins un des problèmes suivants :

- douleur forte à une jambe et qui devient plus forte en marchant
- enflure ou changement de couleur à une jambe
- toux sans cause connue
- fracture ou blessure, en particulier à la tête ou causée par un accident de voiture
- saignement qui ne s'arrête pas, où qu'il soit (gencives, nez, selles, peau, etc.)



Composez le **9-1-1** (ou demandez à un proche de le faire) si :

- vous perdez connaissance ou vous pensez que ça va vous arriver
- vous saignez beaucoup et sans arrêt
- vous avez un essoufflement soudain et inhabituel
- vous avez une douleur à la poitrine qui devient plus forte quand vous inspirez profondément



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

Si vous avez des questions, parlez à votre médecin ou à votre pharmacien.

Vous pouvez aussi appeler Info-Santé au **8-1-1**.



Questions

Pour en savoir plus sur le Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides, consulter le site Internet :

<https://www.santelaurentides.gouv.qc.ca>

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.

Le CHUM n'est pas responsable du contenu de ce document tel que modifié par le Centre intégré de santé et de services sociaux des Laurentides, ni de l'utilisation qu'en fait ce dernier.

[chumontreal.qc.ca/fiches-sante](https://www.chumontreal.qc.ca/fiches-sante)

S'injecter un anticoagulant

ANNEXE : INJECTION DU MÉDICAMENT

1

PRÉPAREZ-VOUS



- 1- Lavez-vous bien les mains avec de l'eau et du savon.



- 2- Rassemblez le matériel.



- 3- Asseyez-vous ou allongez-vous confortablement.
Sur l'endroit où vous allez piquer, passez un tampon d'alcool ou un coton (ouate) imbibé 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



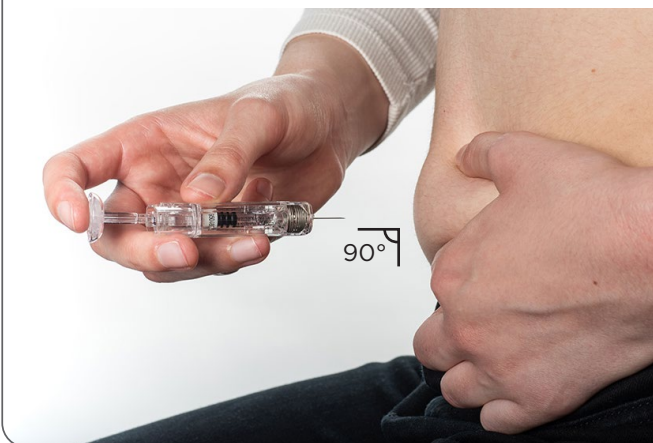
- 1- Si vous remarquez une bulle d'air dans la seringue, **ne la faites pas sortir**. Faites-la plutôt remonter vers le piston de la seringue en tapotant.



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



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



- 4- Rentrez l'aiguille à 90 degrés par rapport à la peau.

2

INJECTEZ LE MÉDICAMENT (SUITE)



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



- 6- Attendez 3 secondes, relâchez la peau puis retirez l'aiguille selon le même angle que vous l'avez rentrée.
Note : certaines seringues ont un système pour recouvrir l'aiguille sans avoir à la toucher avec ses mains.



- 7- Mettre une pression (sans frotter ou masser) sur l'endroit de la piqûre pendant 5 minutes pour éviter les ecchymoses.

3

TERMINER 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.