

2020

# Conseils aux parents pour les prises de sang

## Pathologie et médecine de laboratoire



Also available in English: *Blood  
Collection Tips for Parents - Pathology  
and Laboratory Medicine (QY85-2089)*

[www.nshealth.ca](http://www.nshealth.ca)

## **Dites la vérité...**

Dites à votre enfant qu'on lui fera une prise de sang. Donnez-lui le temps de comprendre ce que cela signifie.

## **Aidez votre enfant à se préparer...**

Dites à votre enfant ce qui va se passer.

- Les médecins ont parfois besoin de sang pour savoir comment le corps fonctionne.
- Dites à votre enfant où il va aller.
- Dites-lui que vous pouvez l'accompagner et que vous resterez avec lui.
- Un élastique sera mis sur son bras. Il sera serré, mais il aidera le professionnel de la santé à trouver ses veines.
- Une petite zone de son bras sera nettoyée avec un petit tampon. Cela lui semblera froid.
- Une petite aiguille sera utilisée. Cela pourrait causer une petite douleur, comme un pincement.
- Il est important de ne pas bouger.

**Remarque** – Certains sites de prélèvements sanguins de la Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse ne sont pas en mesure de prélever du sang sur des patients de moins de 12 ans. Rendez-vous à [www.nshealth.ca/blood-collection](http://www.nshealth.ca/blood-collection) pour plus d'information.

## **Répondez à toutes les questions de votre enfant...**

Votre enfant sera probablement curieux de savoir ce qui va se passer. Prenez le temps de répondre à ses questions.

Voici des questions fréquentes.

- « Cela va-t-il faire mal? »
- « Quelle quantité de sang vont-ils prendre? »
- « Et s'il ne me reste plus assez de sang après? »

## **Assurez-vous que votre enfant a assez bu...**

Il est plus facile de prélever du sang chez une personne bien hydratée (qui a suffisamment de liquides dans son corps). Même si votre enfant doit jeûner (ne pas manger) avant l'examen, il peut boire de l'eau.

## **Donnez à votre enfant un sentiment de contrôle...**

- Demandez à votre enfant de faire des choix, comme choisir un jouet, un livre à apporter ou une collation à prendre après.
- S'il le souhaite, laissez-le regarder pendant que le professionnel de la santé lui fait la prise de sang. Empêcher votre enfant de regarder peut aggraver ses craintes. En le laissant regarder, vous éliminez le mystère et vous lui montrez que ce n'est pas si grave.

## **Ayez une attitude positive...**

- Essayez d'être enthousiaste face au processus.
- Ne montrez pas à votre enfant que la prise de sang vous inquiète. Ne lui parlez pas des mauvaises expériences que vous avez eues lors de prises de sang.
- Il est possible que vous vous sentiez plus anxieux que votre enfant. Si c'est le cas, envisagez d'envoyer votre enfant avec quelqu'un d'autre, comme votre conjoint, un grand-parent ou une autre personne de confiance.

## **Travaillez avec l'équipe de soins de santé...**

- Le fait d'avoir une attitude amicale avec l'équipe de soins de santé aidera votre enfant à se sentir plus détendu.
  - Si votre enfant a déjà eu une mauvaise expérience de prélèvement sanguin ou s'il s'est déjà évanoui, informez-en l'équipe de soins.
  - Les parents sont encouragés à prendre part au processus, en particulier avec les jeunes enfants. On pourrait vous demander de tenir votre enfant dans vos bras, de le maintenir immobile, de le réconforter ou de le distraire (voir au dos du dépliant).
- 

## **Apportez quelque chose pour divertir votre enfant...**

- Les enfants peuvent avoir de la difficulté à supporter la prise de sang, surtout la première fois. Si votre enfant a un animal en peluche préféré à serrer ou une chanson à chanter, cela peut contribuer à le distraire. Les jouets, les tablettes et les téléphones cellulaires peuvent aussi être utiles.
- Si vous n'avez rien pour distraire votre enfant, trouvez quelque chose dans la pièce sur quoi il pourra se concentrer, comme une photo ou une affiche dont vous pourrez parler.
- Demandez à votre enfant de respirer profondément, jusqu'au fond de son ventre. Cela peut l'aider à se détendre et lui donner quelque chose à quoi penser.

## **Utilisez des techniques de maintien réconfortantes...**

- Ces positions peuvent vous aider à tenir votre enfant pendant sa prise de sang. Elles aideront votre enfant à se sentir en sécurité tout en l'aidant à garder son bras immobile.
- Assurez-vous de tenir votre enfant dans vos bras jusqu'à ce que le professionnel de la santé vous dise qu'il a terminé.

## Dos contre poitrine



Placez votre enfant sur vos genoux, dos à vous. Placez son bras au-dessus ou en dessous de votre bras.

## Poitrine contre poitrine



Placez votre enfant sur vos genoux, face à vous. Placez son bras au-dessus ou en dessous de votre bras.

*Préparation* : Pathologie et médecine de laboratoire, Halifax

*Illustration* : personnel

*Conception* : Services de la bibliothèque de la Régie

FF85-2149 © Juin 2020 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse  
Les renseignements contenus dans la présente publication sont mis à jour  
tous les trois ans ou au besoin.