



Guide à l'intention des
patients et des familles
2018

Après votre ponction lombaire

Also available in English: *After Your
Lumbar Puncture* (WA85-1560)



www.nshealth.ca

Après votre ponction lombaire

Aujourd'hui, vous avez eu une ponction lombaire. Une aiguille a été insérée dans votre dos pour recueillir du liquide céphalorachidien (LCR). Ce liquide entoure votre cerveau et votre moelle épinière. Le LCR est envoyé au laboratoire pour une analyse. Les résultats de ce test pourraient aider votre médecin à diagnostiquer une maladie ou une blessure particulière. Plusieurs jours ou semaines peuvent être nécessaires avant d'obtenir les résultats.

Soins à la maison

Soins du point d'insertion

Le bandage placé à l'endroit où l'aiguille a été insérée dans votre dos peut être enlevé entre 12 et 24 heures après l'intervention.

Mal de tête

Certaines personnes (environ 10 à 30 %) ont mal à la tête après la ponction lombaire. Pour soulager le mal de tête :

- étendez-vous;
- buvez beaucoup de liquides;
- prenez de l'acétaminophène (p. ex. Tylenol®) ou de l'ibuprofène (p. ex. Advil^{MD}), selon les indications de votre fournisseur de soins;
- buvez la même quantité de caféine que d'habitude pour éviter les symptômes de sevrage de la caféine, qui peuvent aggraver le mal de tête;
- pour chaque boisson contenant de la caféine que vous buvez, prenez-en au moins une sans caféine;
- ne buvez pas de caféine si votre fournisseur de soins de santé vous a dit de l'éviter.

Si votre mal de tête persiste après la ponction lombaire, et que le repos au lit, les liquides et les analgésiques (médicaments contre la douleur) ne le soulagent pas, appelez votre fournisseur de soins ou rendez-vous au service des urgences le plus près.

Alimentation

Vous pouvez recommencer à manger et à boire normalement après l'intervention.

Inconfort dans le dos

Vous pourriez ressentir de l'inconfort dans le dos après la ponction lombaire. Pour soulager ce mal de dos :

- appliquez de la glace enveloppée dans une serviette pendant 20 minutes, 3 à 4 fois le lendemain de votre intervention.

Bain

- Ne prenez pas de bain dans les 24 heures qui suivent votre intervention.
- N'allez pas dans un spa ou un bain-tourbillon dans les 24 heures qui suivent votre intervention.
- Vous pouvez prendre une douche le jour de votre intervention.

Conduite automobile

Ne conduisez pas dans les 4 à 6 heures qui suivent votre intervention.

Pendant les 24 heures qui suivent l'intervention

- Ne faites pas d'activités vigoureuses (exigeantes).
- Ne soulevez pas d'objets de plus de 10 livres (4,5 kg).
- Ne vous penchez pas.
- Ne faites rien qui exige des efforts.
- Ne forcez pas en allant à la toilette.

Rendez-vous au service des urgences le plus près dans les situations suivantes.

- Douleur, rougeur ou enflure accrue au point d'insertion de l'aiguille.
- Mal de tête qui s'aggrave et qui ne diminue pas quand vous vous allongez.
- Fièvre ou température de plus de 38 °C (100 °F).

Vous avez besoin d'autres informations sur des questions de santé?

Vous trouverez cette publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à <http://library.nshealth.ca/PatientGuides> (en anglais seulement). Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et autres ressources. Pour plus d'informations, allez à <http://library.novascotia.ca/fr>. Vous pouvez parler à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps, en composant le 8-1-1. Vous pouvez aussi consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>. Pour découvrir d'autres programmes et services offerts dans votre collectivité, composez le 2-1-1- ou allez à <http://ns.211.ca> (en anglais seulement).

La Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum. Nous vous remercions de ne pas porter et utiliser de produits parfumés.
www.nshealth.ca

Préparation : Service des urgences

Conception : Services de la bibliothèque de la Régie

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis uniquement à titre d'information et d'éducation. Ils ne remplacent pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un professionnel de la santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

FF85-1949 © Novembre 2018, 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.