



CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter

AUTO-INJECTION D'ANTICOAGULANT

(TYPE CLEXANE® OU INNOHEP®)



Cette brochure a pour but de vous informer sur l'auto-injection d'anticoagulant et comment la pratiquer vous-même en suivant les instructions reçues par votre infirmier.ère lors de votre hospitalisation.





Vous êtes sous un traitement d'anticoagulant qui doit être administré par injection sous-cutanée (SC), c'est-à-dire dans la couche de graisse, juste en-dessous de la peau et directement au-dessus du muscle.

L'anticoagulant est un médicament qui fluidifie le sang. Il peut être utilisé de façon curative pour résorber un caillot sanguin situé dans une veine/artère profonde ou de façon préventive (après une opération chirurgicale ou certains examens médicaux en prévention de la formation d'un caillot).

L'auto-injection

Si vous souhaitez faire les injections vous-même, le soin vous sera **expliqué par l'infirmière** et vous serez accompagné dans la réalisation de l'injection durant votre hospitalisation. Il est très important de **suivre les instructions reçues**.

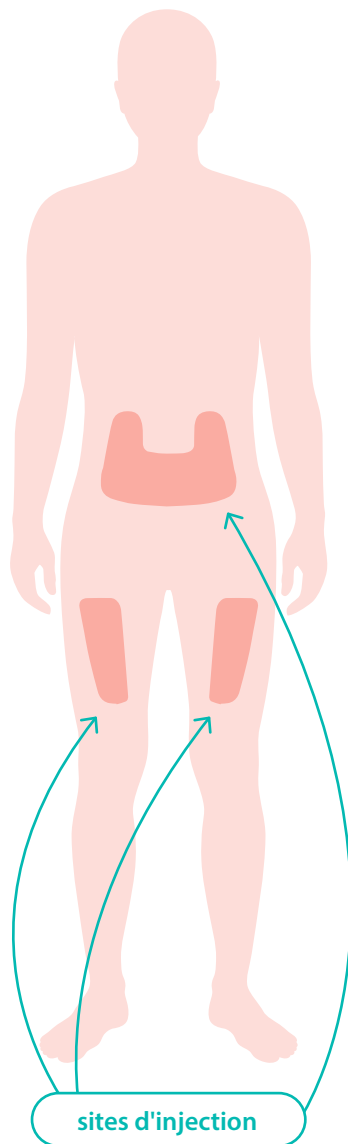
Il est normal d'avoir des appréhensions à l'idée de s'auto-injecter un médicament.

Voici quelques astuces pour que tout se déroule le mieux possible en atténuant la douleur et le stress que vous pourriez ressentir :

1 À FAVORISER

- Choisir un endroit **calme** et une position **confortable**.
- **S'asseoir** ou **se coucher** pour une injection dans le ventre.
- Avoir une attitude **positive** et **confiante**.
- Appliquer de la **glace** pendant 10 à 20 secondes avant l'injection pour aider à **contrôler la douleur**.

L'infirmière vous aidera à déterminer les **meilleurs endroits** pour l'injection lors de votre hospitalisation. Il est important de les **alterner** à chaque fois. L'injection doit être faite dans la **peau saine** (sans rougeur, enflure, durcissement, boutons ou sensibilité).



2 JETEZ LA SERINGUE DANS UN CONTENANT ADAPTÉ

- Dans un **conteneur "piquant coupant tranchant"** ou un **collecteur d'aiguille** ou une **bouteille en plastique avec bouchon**.
- Il sera apporté à votre **pharmacie** ou au **Recypark**.

⚠ Aucune seringue ou aiguille ne devrait être jetée dans les ordures ménagères (risque d'accident important pour les ouvriers de propreté publique).

3 À SAVOIR

- Ce soin, aussi désagréable qu'il soit, est indispensable ! **Ne l'arrêtez jamais plus tôt que mentionné par le médecin.**
- Ne prenez jamais une **double** dose.
- L'heure d'injection doit être respectée : veuillez les effectuer **toujours aux mêmes heures**.
- Si vous ne souhaitez plus vous auto-injecter, vous pouvez toujours faire **appel à une infirmière à domicile** et demander une prescription pour ce soin à votre médecin.
- Conservez le médicament à **température ambiante**.

4 EFFETS INDÉSIRABLES

Comme pour tout traitement anticoagulant, des problèmes de saignement sont possibles.

- Les **saignements** peuvent aller de l'hématome local mineur à l'hémorragie grave. Les signes avant-coureurs sont : saignement de nez, hématurie (sang dans les urines), méléna (sang dans les selles).

⚠ En présence de ces symptômes, contactez immédiatement votre médecin.

- Malgré toutes les attentions apportées lors de l'injection, il arrive fréquemment qu'un **petit hématome** sans conséquence apparaisse à l'endroit de l'injection.
- Dans certains cas, on note aussi l'apparition de **nodules fermes** qui ne nécessitent pas l'arrêt du traitement et qui disparaissent habituellement au bout de quelques jours.

⚠ Communiquez avec votre médecin traitant si vous notez l'apparition d'effets indésirables en lien avec la médication.

Technique d'injection

1



Préparez la seringue, un tampon d'alcool et le contenant adapté.

2



Lavez vos mains avec de l'eau et du savon.

3



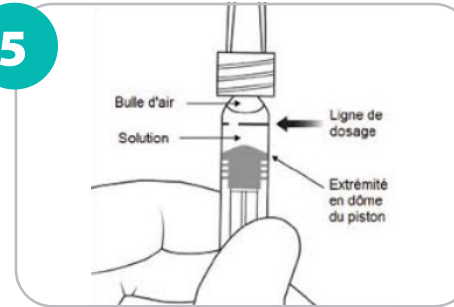
Désinfectez l'endroit où vous souhaitez faire l'injection en utilisant le tampon d'alcool en effectuant une spirale du point d'injection vers l'extérieur, puis laissez sécher 30 secondes.

4



Ouvrez l'emballage contenant la seringue.

5



N'enlevez pas la bulle d'air, la bulle d'air permet de purger l'aiguille à la fin de l'injection et donc d'administrer la totalité du médicament.

6



Tapotez légèrement la seringue, aiguille vers le bas, pour que la bulle d'air soit en haut, contre le piston.

7



Prenez la seringue avec votre main dominante, retirez le capuchon de protection de l'aiguille.

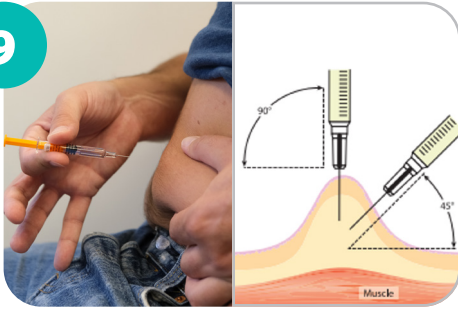
8



Pincez la peau entre le pouce et l'index de la main non dominante.

Technique d'injection

9



Introduisez rapidement l'aiguille à 90° (droite) ou à 45° chez une personne mince nécessitant cet angle (voir schéma).

13



Mettez une pression (sans frotter ou masser) sur l'endroit de la piqûre avec une compresse ou un coton pour éviter un hématome.

10



Injectez le médicament lentement en appuyant sur le piston jusqu'au bout (une protection peut sortir autour de l'aiguille selon la marque utilisée).

14



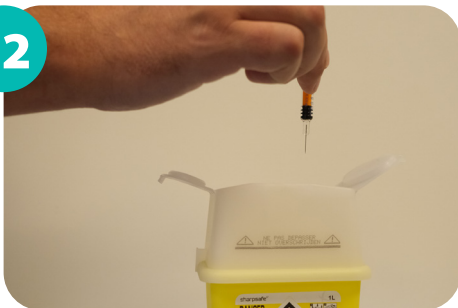
Lavez vos mains avec de l'eau et du savon.

11



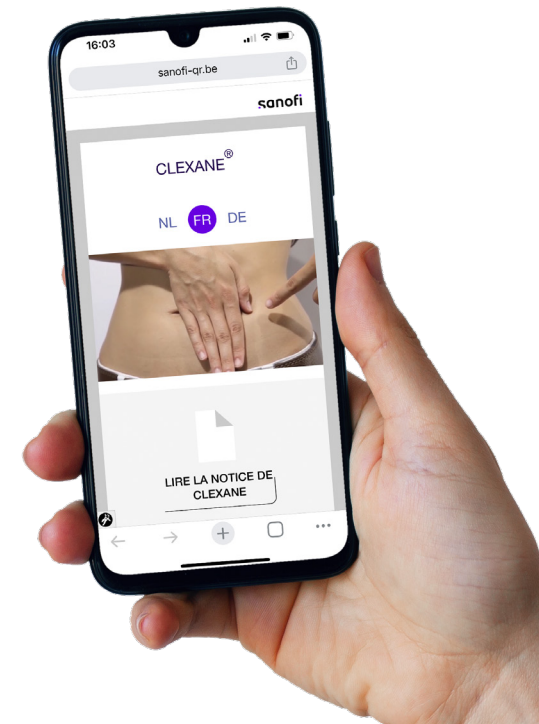
Relâchez la peau pincée et retirez l'aiguille.

12



Jetez la seringue avec l'aiguille dans le contenant sans remettre le capuchon de l'aiguille.

N'hésitez pas à regarder cette vidéo pour mieux visualiser la technique.





CHU Saint-Pierre
UMC Sint-Pieter

Site Porte de Hal

Rue Haute 322, 1000 Bruxelles
+32 (0)2 535 31 11
www.stpierre-bru.be

Des questions ?

**Parlez-en avec l'infirmière ou
le médecin.**