

Parcours

bon usage anti-TNF α



Les points clés 3 : Injection sous-cutanée

- L'injection sous-cutanée est un geste simple, qui peut être réalisé par le malade, sans aide, ou par un proche, après avoir reçu une formation adaptée par un médecin ou une infirmière. Pour cela il suffit de suivre les étapes détaillées dans votre notice.
- L'injection peut être réalisée à toute heure de la journée afin de s'adapter au quotidien de chacun. Il est cependant préférable de réaliser l'injection après avoir pris sa douche.
- Une injection ne doit pas être réalisée :
 - Si la date de péremption du traitement est dépassée.
 - Si vous observez que le liquide n'est pas limpide et incolore ou différent de ce qui est indiqué dans la notice, c'est que le médicament est détérioré. Rapportez votre traitement à votre pharmacien.
 - Si vous avez des signes de fièvre, des frissons, une fatigue inhabituelle ou une suspicion d'infection (urinaire, dentaire...). Consultez immédiatement votre médecin.
- Il existe des gestes simples afin de limiter la douleur et les réactions qui peuvent suivre l'injection :
 - Sortir le médicament du réfrigérateur, 15 à 20 minutes avant l'injection afin qu'il ne soit pas trop froid
 - Placer une poche réfrigérée sur la zone d'injection avant de réaliser la désinfection et l'injection, ce qui permet de désensibiliser la peau
 - Laisser sécher la zone de la peau désinfectée pendant une minute
 - Injecter le produit lentement (10 secondes)
 - Varier les sites d'injection (cuisse, abdomen). Les sites d'injection doivent être au moins espacés de 3 cm.
 - Choisir une zone de la peau sans plaie, ni veine apparente pour réaliser l'injection. Ne pas injecter à un endroit où la peau est rouge ou contusionnée ou épaissie.
 - Ne pas masser, ni frotter la zone après l'injection.
- Les seringues ou aiguilles usagées doivent être jetés dans collecteur de seringues usagées adapté, avec fermeture hermétique chez votre pharmacien (non remboursé) ou auprès du laboratoire commercialisant le médicament. Ces collecteurs de déchets doivent de préférence être mis hors de la portée des enfants et être fermés avec le couvercle de sécurité. Une fois le collecteur plein, plusieurs filières d'élimination existent dans certaines déchetteries ou certains établissements de santé. Les associations de patients peuvent également vous renseigner. Les télé-opératrices répondant au numéro vert « parcours bon usage » **0800 71 80 80*** pourront également vous proposer différentes voies.

* Appel gratuit depuis un poste fixe en France métropolitaine, du lundi au vendredi de 10h à 19h