

parlons saignements

une liste de contrôle des saignements pour les patients hémophiles

Parlons Articulations

Vous le sentez, agissez

Comment savoir si un saignement se produit?

Fais attention à ces symptômes

- Ecchymoses avec ou sans bosses
- Enflure
- Bras ou jambes de différentes grosseurs
- Différence dans les mouvements des bras ou des jambes
- Engourdissement
- Faiblesse
- Sensibilité
- Picotements
- Sensation d'oppression
- Douleur
- Peau chaude
- Maux de tête

Appelle ou visite ton centre de traitement de l'hémophilie (CTH) dès que possible si tu penses avoir un saignement:

à l'oeil | au visage | à la gorge | à la hanche ou à l'aîne

Plus tu sauras comment DÉCELER un saignement, plus rapidement tu pourras INTERVENIR. Sers-toi de cette liste de contrôle pour t'aider

Si tu rencontres un seul de ces indices, dis-le immédiatement à un adulte

Tête*

- Incapacité de marcher correctement
- Sang dans les oreilles ou le nez
- Maux de tête
- Étourdissements
- Grande somnolence
- Vue embrouillée
- Évanouissement
- Crise
- Changements d'humeur, nausée et/ou vomissement après une blessure à la tête (par exemple, se cogner la tête sur quelque chose)

Ventre

- Pipi rouge ou brun
- Caca rouge ou noir
- Vomi rouge (peut ressembler à du café moulu)*

Muscles

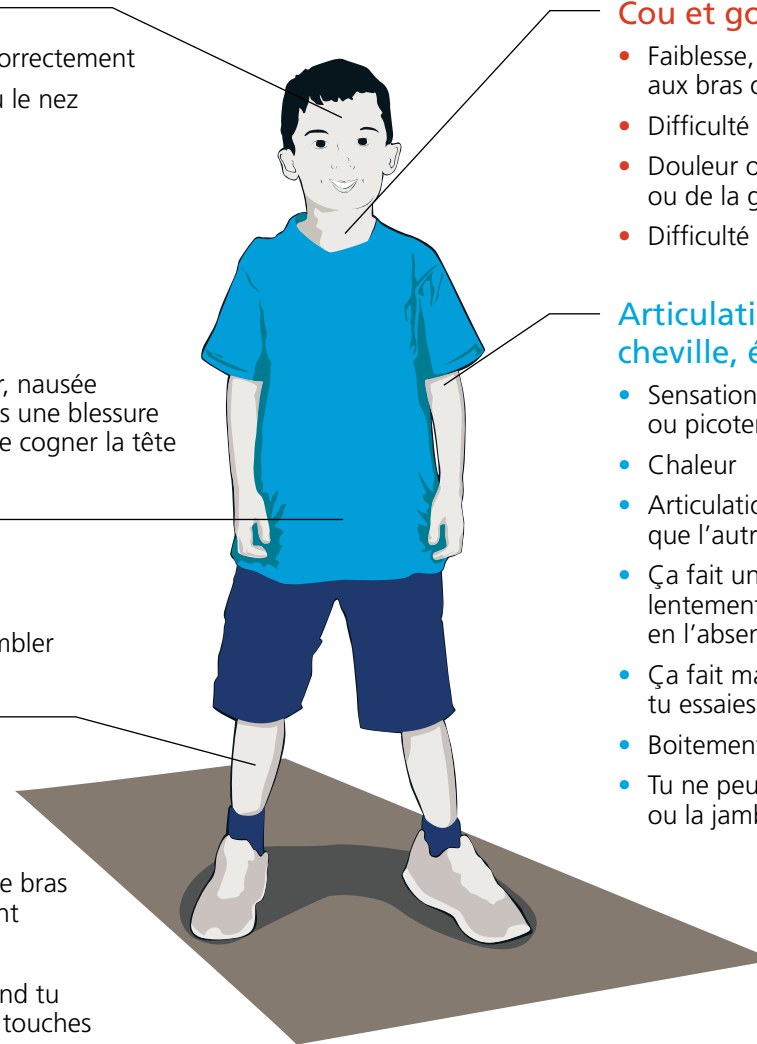
- Sensation d'oppression
- Chaleur
- Enflure
- Tu ne peux pas bouger le bras ou la jambe correctement
- Boitement
- Ça fait mal, surtout quand tu bouges le membre ou y touches

Cou et gorge*

- Faiblesse, picotements ou douleur aux bras ou aux jambes
- Difficulté à aller aux toilettes
- Douleur ou enflure du cou ou de la gorge
- Difficulté à avaler ou à respirer

Articulations (p. ex., genou, cheville, épaule ou coude)

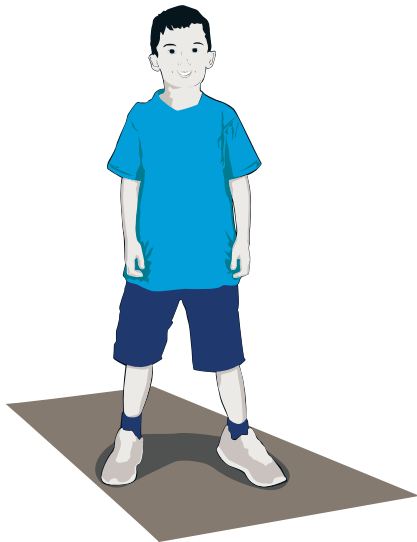
- Sensation d'oppression ou picotements
- Chaleur
- Articulation enflée et plus grosse que l'autre
- Ça fait un peu mal, puis ça fait lentement de plus en plus mal en l'absence de traitement
- Ça fait mal, surtout quand tu essaies de marcher
- Boitement
- Tu ne peux pas bouger le bras ou la jambe correctement



* CES SYMPTÔMES NÉCESSITENT DES SOINS MÉDICAUX URGENTS.

traitons les saignements articulaires

conseils pour les enfants plus âgés



« ParlonsArticulations est un programme d'information, d'éducation et de soutien destiné aux professionnels de la santé, aux patients et aux aidants, qui porte sur l'hémophilie et ses répercussions sur la santé des articulations. ParlonsArticulations cherche à aider les personnes atteintes d'hémophilie à détecter précocement les changements (vous le sentez) et à intervenir (agissez). Nous espérons qu'en soutenant la fonction articulaire, nous pouvons aider les patients à mieux vivre avec l'hémophilie. »

changer l'hémophilie®

Toutes les marques déposées appartiennent à Novo Nordisk Health Care AG et sont utilisées sous licence par Novo Nordisk Canada Inc.
Novo Nordisk Canada Inc., 300-2680, avenue Skymark, Mississauga (Ontario) L4W 5L6. Tél : 905 629-4222 ou 1 800 465-4334. www.novonordisk.ca
CA/CPIH/1013/00022F

S'ils ne sont pas traités, les saignements articulaires provoquent des lésions dans les articulations qui s'aggravent avec le temps. Ces lésions peuvent causer de la douleur et réduire ton amplitude de mouvement. Cependant, tu peux faire quelque chose pour veiller activement à la santé de tes articulations et atténuer l'effet des lésions articulaires

Les épisodes de saignement peuvent faire peur; cela aide d'avoir un plan. Ton centre de traitement de l'hémophilie (CTH) peut t'aider à faire des plans juste pour toi

Il est important de traiter rapidement les saignements

- Le traitement précoce signifie que les articulations reçoivent moins de sang
- Traite le saignement dès que possible, idéalement dans les 2 premières heures
- N'ATTENDS PAS l'apparition de la douleur ou de restrictions dans le mouvement de tes articulations pour agir

Sentir qu'un saignement se produit est la première étape d'une intervention.

Comme pour tout autre saignement, tu devrais suivre les conseils de ton CTH pour traiter un saignement articulaire. Le traitement peut comprendre l'administration d'un facteur de coagulation, par un aidant à domicile ou à ton CTH.

- Le traitement à domicile signifie un accès plus rapide au traitement et peut rendre moins nécessaire une visite à l'hôpital
- Ton professionnel de la santé peut t'aider à décider si tu es prêt ou prête à t'administrer le traitement

Que pouvez-vous faire d'autre? P.R.I.C.E.

- **Protection** – Protège l'articulation afin de ne pas la blesser davantage; tu peux te servir d'une écharpe ou de béquilles
- **Repos** – Laisse reposer l'articulation pendant 24 heures ou plus longtemps
- **Immobilisation et glace** – L'application de glace peut aider à atténuer la douleur. Enveloppe de la glace concassée dans une serviette humide et applique la compresse de 10 à 15 minutes toutes les deux heures. N'applique JAMAIS de glace directement sur la peau

- **Compression** – Enveloppe l'articulation blessée dans un bandage ou un bas de contention pendant les premières 24 heures. Vérifie souvent pour t'assurer qu'ils ne sont pas trop serrés
- **Élévation** – Élever l'articulation affectée peut aider à limiter le saignement et l'enflure

Que pouvez-vous faire d'autre? Adopte un mode de vie sain

- Avoir de saines habitudes de vie – Comme se garder généralement en forme, surveiller son poids et être conscient des activités qui sont bonnes ou mauvaises pour les articulations – est un moyen de protéger ses articulations
- Le fait de parler sans délai à ton spécialiste de l'hémophilie de tout changement dans tes articulations peut faire une grande différence

Si tu as un saignement majeur et ne sais pas quoi faire, appelle ton CTH ou compose le 911.

NOM ET ADRESSE DU CTH:

NUMÉROS:

Jour:

Urgence:

