Recommandations sur la réduction de la douleur liée à la vaccination chez les adultes

Avant la vaccination	Pendant la consultation pour vaccination	Pendant la vaccination	Après la vaccination
		Stratégies procédurales - Aucune aspiration - Administrer le vaccin plus douloureux en dernier - Injection rapide	
	Stratégies physiques - Position assise - Détendre le bras - Contraction musculaire ou s'allonger (s'il y a antécédents d'évanouissements)		- Compresse froide
	Stratégies psychologiques - **Distraction** (par exemple, parler à quelqu'un, écouter de la musique) - **Interactions et mots utilisés :** > **À FAIRE :** utiliser des termes neutres pour parler de la procédure > **À ÉVITER :** rassurer excessivement la personne, dire que la piqûre ne fera pas mal		
	Stratégies pharmacologiques - **Anesthésiques locaux :** Lidocaïne liposomale, améthocaïne ou lidocaïne-prilocaïne 20 à 60 minutes avant l'injection* **Consulter la monographie du produit*		- Acétaminophène
Stratégies liées au processus - **Éducation** sur la gestion de la douleur pour les soignants et les patients			
Stratégies pour les personnes qui ont très peur des aiguilles - **Thérapie par exposition** d'un professionnel qualifié, tel qu'un psychologue			

Adapté de : Taddio A, C.M. McMurtry, V. Shah et coll. « Reducing pain during vaccine injections: clinical practice guideline ». CMAJ, 2015. DOI : 10.1503/cmaj.150391. Droits d'auteur © 8872147 Canada Inc. ou ses concédants de licence, 2015.

HELP Eliminate Pain in Kids & Adults

UNIVERSITY OF TORONTO

Immunize Immunisation Canada immunize.ca