



## Prise en charge de la douleur durant les injections de vaccins Guide du clinicien : Enfants $\leq$ 3 ans

Les injections peuvent être douloureuses et stressantes pour les enfants et leurs parents, mais vous pouvez vraiment améliorer les choses. Lisez les 5 P de la prise en charge de la douleur de la vaccination (ci-dessous) et combinez ces stratégies pour mieux soulager la douleur. Pour plus de détails et pour visionner une vidéo, visitez <http://immunize.ca/fr/health-care-providers/painmgt.aspx>.

**Ce sont des moyens scientifiquement prouvés de réduire la douleur chez les enfants durant la vaccination. Parlez-en aux parents et préparez-vous à l'avance pour rendre la prochaine séance de vaccination moins douloureuse.**

### STRATÉGIES LIÉES AU PROCESSUS

#### INFORMER

- Les parents devraient recevoir du matériel pédagogique comme des brochures, des vidéos ou des instructions verbales la veille et le jour de la vaccination. Quand vous offrez ce type de ressources aux parents, assurez-vous de tenir compte de leurs compétences en matière de santé et d'être sensible à leur réalité culturelle. Vous trouverez des ressources gratuites sur : [immunize.ca/fr/parents/pain.aspx](http://immunize.ca/fr/parents/pain.aspx).

#### PRÉPARER

Vous pouvez aussi demander aux parents de se préparer à l'avance :

- 1) Appliquer un anesthésique topique à la maison ou à la clinique pour engourdir la peau; on peut en acheter en pharmacie sans ordonnance.
- 2) Fabriquer une solution de sucrose à la maison ou à la clinique en mélangeant 1 cuillère à thé de sucre et 2 cuillères à thé d'eau.
- 3) Apporter le carnet de vaccination de l'enfant et télécharger l'application ImmunizeCA gratuite sur [immunisation.ca/appli](http://immunisation.ca/appli) pour suivre les vaccins de leur enfant et planifier sa prochaine séance de vaccination.

### STRATÉGIES PHYSIQUES

#### ALLAITER

- Encouragez les mères à allaiter leur enfant en commençant tout de suite avant la vaccination et en continuant pendant et après la vaccination.
- Si vous devez administrer un seul vaccin, demandez au parent de placer l'enfant en exposant une cuisse; exposez les deux cuisses s'il doit recevoir deux vaccins ou plus.
- Si l'enfant ne peut pas être allaité, les parents peuvent lui donner un biberon ou une suce avant, pendant et après la vaccination.

#### TENIR

- Demandez aux parents de tenir l'enfant sur leurs genoux ou de l'étreindre durant la vaccination. L'enfant restera plus tranquille et se sentira en sécurité. Conseillez aux parents de ne pas serrer leur enfant trop fort, car cela peut augmenter sa douleur et sa détresse. Les parents peuvent bercer l'enfant, lui faire un câlin et chanter ou lui parler après les injections.

### STRATÉGIES PHARMACOLOGIQUES

#### ANESTHÉSIIQUES TOPIQUES

- Produits en vente : lidocaïne (Maxilene<sup>MC</sup>), tétracaïne (Ametop<sup>MC</sup>), lidocaïne-prilocaine (EMLA<sup>MC</sup>).
- Appliquer le produit au point d'injection entre 30 et 60 minutes avant la vaccination, selon les instructions du fabricant.
- Deux doses peuvent être nécessaires (une pour chaque bras ou chaque jambe) si vous administrez deux vaccins ou plus.
- Le produit peut faire rougir ou blanchir la peau temporairement; c'est normal. S'il y a une éruption cutanée, ce pourrait être une réaction allergique – soyez-en conscient.
- Dites aux parents d'éviter l'acétaminophène ou l'ibuprofène avant la vaccination; il n'est pas prouvé qu'ils réduisent la douleur des injections. Après la vaccination, on peut utiliser de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène pour soulager la fièvre ou l'inconfort.





## Prise en charge de la douleur durant les injections de vaccins Guide du clinicien : Enfants $\leq$ 3 ans

Avant et pendant la vaccination

### SOLUTION DE SUCROSE

- Si l'enfant n'est pas allaité durant la vaccination, on peut lui donner une solution de sucrose (de l'eau sucrée) (0-2 ans). Une solution de sucrose est sans danger pour les enfants, même les nouveau-nés.
- Donner à l'enfant un peu de solution de sucrose 1 ou 2 minutes avant la vaccination à l'aide d'un compte-gouttes (ou d'une seringue), en plaçant la solution sur le côté de la bouche de l'enfant, entre la joue et les gencives.
- Si l'enfant utilise une suce, on peut tremper la suce dans la solution de sucrose et la donner à l'enfant durant la vaccination. Ensemble, la solution de sucrose, la suce et le fait de tenir l'enfant simulent certains aspects de l'allaitement maternel.
- Si l'enfant reçoit le vaccin antirotavirus oral, on administre ce vaccin avant les vaccins injectables et au lieu de la solution de sucrose.

## STRATÉGIES PSYCHOLOGIQUES

### COMMUNIQUER

- Employez des mots neutres pour parler de l'administration du vaccin (p. ex., « j'y vais ») au lieu d'utiliser des mots de mise en garde (p. ex., « la piqûre s'en vient »). Les mises en garde peuvent causer de la détresse, même chez les nourrissons qui ne comprennent pas le sens des mots, parce qu'elles s'accompagnent de signes non verbaux (expression du visage et ton de la voix) qui peuvent être associés à la douleur.
- Suggérez de vraies solutions quand vous parlez aux parents de stratégies pour apaiser la douleur. Soyez honnête et précis au sujet des interventions et ne surévaluez pas leur efficacité.
- Dites aux parents de rester calmes et de parler d'une voix normale. Ceci aidera l'enfant à rester calme. Si les parents sont nerveux, invitez-les à respirer lentement et profondément avant et pendant la vaccination, tout en tenant l'enfant. Leurs respirations doivent faire gonfler l'estomac, pas la poitrine.
- Dites aux parents de ne pas faire de déclarations rassurantes comme « Ce sera bientôt fini » ou « Tu vas bien ». Les propos rassurants peuvent augmenter la détresse et la douleur.

### DISTRAIRE

- On peut utiliser des distractions comme des vidéos (p. ex., un appareil mobile), des jouets et de la musique. Commencez à distraire l'enfant avant la vaccination, mais seulement si l'enfant est suffisamment calme; sinon, vous risquez d'augmenter sa détresse.

## STRATÉGIES DE PROCÉDURE

### PAS D'ASPIRATION

- Effectuez toutes les injections intramusculaires sans aspiration préalable. L'aspiration est inutile, car les sites de vaccination n'ont pas de gros vaisseaux sanguins.

### INJECTIONS MULTIPLES

- Si vous avez plusieurs injections à administrer l'une après l'autre, terminez par la plus douloureuse.
- Si plus d'un vaccinateur est disponible, on peut donner deux injections en même temps à un nourrisson (< 1 an) dans un membre différent. Placez le nourrisson de manière à avoir accès au site d'injection (la cuisse) sans perturber les autres mesures de prise en charge de la douleur.

Avant et pendant la vaccination

