



POUR AMÉLIORER L'EXPÉRIENCE VACCINALE :

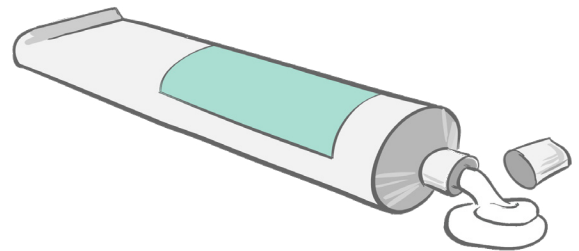
Appliquer une crème anesthésiante pour réduire la douleur

Les crèmes anesthésiantes contiennent des médicaments appelés anesthésiques topiques. Elles engourdissent temporairement la peau et peuvent être appliquées pour réduire la douleur de la vaccination.

Les crèmes anesthésiantes sont vendues en pharmacie sans ordonnance. Parlez à votre pharmacien ou pharmacienne si vous avez des questions.

OÙ APPLIQUER UNE CRÈME ANESTHÉSIANTE

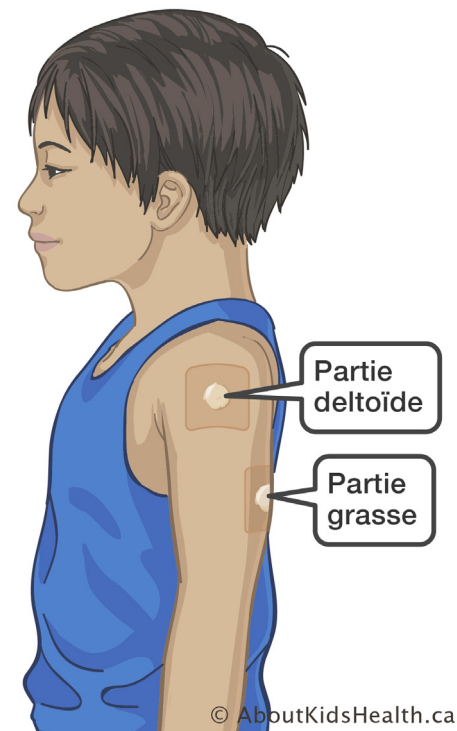
La plupart des vaccins sont injectés dans le muscle deltoïde (dans le bras en dessous de l'épaule). Certains peuvent aussi être injectés dans la partie grasse à l'arrière du bras. Avant d'appliquer la crème, vérifiez l'endroit précis de l'injection avec un-e professionnel-le de santé.



Pour les [bébés de moins d'un an](#), les vaccins sont injectés dans une autre partie du corps.

COMMENT APPLIQUER UNE CRÈME ANESTHÉSIANTE

1. Vérifiez l'étiquette et la date de péremption de la crème avant de l'appliquer.
2. Décidez sur quel bras appliquer la crème. Si vous n'avez aucune préférence, évitez de l'appliquer sur votre bras dominant. Si vous devez recevoir plus d'un vaccin le même jour, vous pourriez devoir appliquer la crème à plus d'un endroit.
3. N'appliquez pas la crème sur une plaie vive comme une coupure ou une égratignure.
4. Si vous ouvrez un tube neuf, servez-vous de la pointe sur le haut du bouchon pour briser le sceau qui recouvre le tube.
5. Repérez la zone où vous appliquerez la crème : sur le bras en dessous de l'épaule et/ou sur la partie grasse à l'arrière du bras.
6. Appliquez sur la peau une quantité de crème de la taille d'une pièce de dix cents ou de vingt-cinq cents (sans toucher à la crème ni la frotter sur la peau).



© AboutKidsHealth.ca

Avec le financement de



Agence de la santé publique du Canada
Public Health Agency of Canada



Scanner le code QR pour plus de ressources



7. Pour que la crème reste en place, recouvrez l'endroit en enrobant le haut du bras avec de la pellicule plastique ou servez-vous d'un pansement transparent (comme Tegaderm®).
8. S'il y a de la crème qui dépasse du pansement, essuyez-la avec un papier-mouchoir. Évitez tout contact avec la bouche, les yeux ou le nez. Rincez-vous les mains avec de l'eau après avoir appliqué la crème.
9. Notez l'heure de l'application. Assurez-vous que la crème reste en place pendant le temps d'attente recommandé (20 à 60 minutes). Le tableau ci-après indique les temps d'attente pour quelques crèmes vendues dans le commerce.
10. Juste avant la vaccination, enlevez la pellicule plastique ou le pansement et essuyez la crème avec un papier-mouchoir. Assurez-vous que le vaccin est administré à l'endroit où la crème a été appliquée.

Crème anesthésiante	Nom commercial	Temps minimal de prise d'effet
Lidocaïne	Maxilene ^{MC} 4 % ou 5 % Zensa ^{MC} 5 %	20 minutes
Tétracaïne	Ametop ^{MC} 4 %	45 minutes
Lidocaïne-prilocaine	EMLA ^{MC} 5 % (aussi disponible en timbre)	60 minutes

LA CRÈME ANESTHÉSIANTE A-T-ELLE DES EFFETS SECONDAIRES?

Quand elle est appliquée selon les instructions, la crème anesthésiante a peu d'effets secondaires.

- La peau peut sembler plus blanche ou plus rouge pendant quelque temps. C'est normal.

Appelez votre professionnel-le de santé :

- Si vous vous êtes mis de la crème dans la bouche ou les yeux.
- Si vous présentez les signes d'une réaction allergique à la crème : éruption cutanée, urticaire, enflure, respiration sifflante ou essoufflement.

OÙ RANGER LA CRÈME ANESTHÉSIANTE

Rangez la crème anesthésiante dans son contenant d'origine, hors de la portée des enfants et à l'abri des rayons directs du soleil et de la chaleur, et pas dans un endroit humide comme une salle de bain. Fermez bien le bouchon et, si possible, mettez la crème sous clé avec les autres médicaments.