

INFORMATION PATIENT · CERVEAU, NERFS ET MAUX DE TÊTE

Après une ponction lombaire

EM Orbit

Vous avez eu une ponction lombaire aux urgences. Une fine aiguille a été placée dans le bas de votre dos pour prélever un petit échantillon du liquide qui entoure le cerveau et la moelle épinière. Le médecin vous parlera des résultats. Cette fiche explique comment prendre soin de vous ensuite.

De quoi s'agit-il ?

La ponction lombaire est un examen courant et sûr. Ensuite, il est normal d'avoir un peu de douleur à l'endroit où l'aiguille est entrée. Certaines personnes ont un mal de tête dans les jours qui suivent. Cela arrive quand un peu de liquide s'échappe par le trou de l'aiguille. Le mal de tête est en général plus fort en position assise ou debout et plus faible en position allongée. Il disparaît normalement en une semaine.

Prendre soin de soi à la maison

- Reposez-vous pour le reste de la journée. Vous pourrez reprendre vos activités habituelles demain si vous vous sentez bien.
- Buvez beaucoup de liquides. Les boissons contenant de la caféine, comme le café ou le thé, peuvent aider en cas de mal de tête.
- Si vous avez mal à la tête, allongez-vous à plat. Cela va souvent mieux en position allongée.
- Évitez de porter des charges lourdes et de faire des efforts intenses pendant quelques jours.
- Gardez le petit pansement propre et sec, et retirez-le après 24 heures.
- Ne conduisez pas aujourd'hui, et ne conduisez pas si vous avez mal à la tête.

Médicaments

- Le paracétamol peut aider contre la douleur du dos ou le mal de tête, sauf si votre médecin vous a dit de ne pas en prendre. Suivez la notice de la boîte ou les indications de votre médecin.
- L'ibuprofène peut aussi aider, sauf si votre médecin vous a dit de ne pas en prendre. Évitez-le en cas d'ulcère de l'estomac, de maladie des reins, de certains types d'asthme ou de grossesse.

Suivi

- Suivez le plan que votre médecin vous a donné pour obtenir vos résultats.
- Consultez votre médecin de famille ou votre centre de santé si un mal de tête dure plus de 5 jours ou vous empêche de faire vos activités quotidiennes.

Revenez aux urgences ou appelez une ambulance immédiatement si :

- **Un mal de tête intense qui ne diminue pas quand vous êtes allongé(e)**
- **Fièvre, raideur de la nuque, ou éruption cutanée qui ne disparaît pas quand on appuie dessus**
- **Rougeur, gonflement, pus ou liquide clair qui s'écoule à l'endroit de la piqûre**
- **Engourdissement, faiblesse ou fourmillements nouveaux dans les jambes**
- **Perte de contrôle de la vessie ou des intestins**
- **Confusion, vomissements répétés, crise convulsive ou somnolence inhabituelle**

Scannez pour lire cette fiche sur votre téléphone

Ce document est une information générale qui complète les conseils que votre médecin ou votre infirmier vous a donnés aujourd'hui. Il ne les remplace pas. En cas d'inquiétude, consultez un médecin. Traduit de l'original anglais ; la version anglaise fait foi.