



Centre Multi-Medic

Conseils aux patients suite à une injection de **Prolothérapie** ou de **Plasma Riche en Plaquettes (PRP)**

Date : _____

Site de l'injection : _____

» Il peut se passer de 4 à 6 semaines avant que vous ne ressentiez les bienfaits de votre traitement. Vous devrez planifier un suivi avec Dre Ducasse 4 à 6 semaine après votre injection.

» Pendant une période de deux jours, limitez-vous à des activités normales de tous les jours. Évitez toute activité répétitive impliquant le membre qui a été infiltré. Aucun sport avec impact (tennis, hockey, etc....) ni sport avec risque de chute (patin, ski, etc....)

» Après deux jours post-injection, reprenez vos activités, votre programme d'exercices ou de physiothérapie, progressivement. Diminuez l'intensité de l'activité si la douleur augmentait pendant ou après l'exercice.

» **Parfois**, suite à l'infiltration, il peut se produire une réaction inflammatoire créant de la douleur. Si tel est le cas,

» Appliquez de la glace (15 minutes à la fois) 3 à 4 fois par jour, et ce pour 2 jours.

» Prenez Tylenol seulement comme médicament et **ÉVITEZ** les anti-inflammatoires tels qu'advil, motrin, naprosyn ou autres (ils sont contre-indiqués dans ce type de traitement)

Tout devrait revenir normal après 24 à 48 heures.

L'infection lors d'une injection est une complication rare, mais sérieuse. Elle nécessite un traitement avec des antibiotiques. Si vous aviez de la douleur, un gonflement, de la rougeur ou de la fièvre, 3 jours ou plus après l'injection, il serait important de communiquer avec votre médecin ou vous rendre à l'urgence si votre médecin était absent.

Dre Chantal Ducasse
Dip Sport Med
TÉLÉPHONE : (514) 768-4717