

À quoi vous attendre de la part du personnel soignant

Lors de la procédure, l'équipe de soins fera tout son possible pour que votre enfant se sente en sécurité. Vous pouvez vous attendre à ce que le personnel soignant :

- Explique le soin à votre enfant de façon simple et rassurante
- Vous invite à rester près de lui, si vous le souhaitez
- Propose des stratégies pour réduire la douleur et/ou l'anxiété
 - › Allaitement
 - › Position de confort, objet de réconfort, distraction
 - › Vaporisateur à froid pour les 4 ans et + (diffuse un jet froid pour engourdir la peau)
 - › Crème anesthésiante que vous pouvez vous procurer auprès de votre pharmacien et apporter lors du rendez-vous
- Respecte le rythme de votre enfant dans la mesure du possible
- Accueille vos suggestions et vos observations, car vous connaissez mieux que quiconque ce qui le rassure.

Dans certains cas, un maintien doux et sécuritaire peut être nécessaire pour assurer la réussite du soin et la sécurité de votre enfant. Cette approche est toujours réalisée avec bienveillance, dans le respect de votre enfant et avec votre collaboration.

N'hésitez pas à poser des questions ou à nous faire part de vos préférences. Nous travaillons avec vous pour offrir à votre enfant des soins empreints de douceur, de respect et de confiance.



Pourquoi préparer votre enfant?

Une prise de sang peut être une source d'anxiété pour les enfants. Une bonne préparation aide à :

- Réduire la peur et le stress
- Faciliter le travail du personnel soignant
- Créer une expérience plus positive

PRÉPARER VOTRE ENFANT À UNE PRISE DE SANG

guide pratique
pour les parents*



Avant le jour de la prise de sang : préparez-le en douceur

Dites la vérité simplement. Informez votre enfant qu'il aura une prise de sang et laissez-lui le temps de poser ses questions.

Parlez-en à votre enfant

- Le médecin a besoin d'un peu de sang pour vérifier sa santé
- Dites-lui où cela se passera et que vous serez à ses côtés
- Un élastique sera mis sur son bras pour mieux voir les veines
- La peau sera nettoyée (ça peut être froid)
- Une petite aiguille sera utilisée (ça peut piquer un peu)
- Il faudra rester immobile

Répondez à ses questions

Prenez le temps de répondre calmement à ses inquiétudes, comme :

- «Est-ce que ça va faire mal?»
- «Combien de sang vont-ils prendre?»
- «Est-ce qu'il m'en restera assez?»

Validez ses émotions

Dites-lui qu'il est normal d'avoir peur, d'être nerveux ou de poser des questions.

Pensez à l'hydratation

Même à jeun, votre enfant peut boire de l'eau. Cela facilitera la prise de sang.

Donnez-lui un peu de contrôle

- Offrez-lui la possibilité de choisir un toutou, un jouet, un livre ou une collation qu'il pourra apporter
- Proposez-lui de sélectionner une vidéo à regarder durant la procédure
- Permettez-lui de décider s'il veut regarder ou non pendant la procédure

Pratiquez à la maison

Vous pouvez simuler le prélèvement sur son toutou pour lui permettre de se familiariser.

Adoptez une attitude positive

- Restez calme et rassurant
- Évitez de parler de vos mauvaises expériences
- Si vous êtes trop stressé, demandez à une autre personne de confiance de l'accompagner

Respectez les consignes médicales

Certains examens nécessitent d'être à jeun; suivez les instructions du médecin.



Scannez le code QR pour consulter :

«C'est quoi une prise de sang?»

Vidéo pour les jeunes



Le jour de la prise de sang : soyez une présence rassurante

Restez calme et présent

Soyez amical avec le personnel, cela rassure l'enfant. De plus, votre attitude influencera la sienne.

Collaborez avec le personnel soignant

Informez-les :

- Des réactions passées de votre enfant
- De ce qui le rassure ou l'aide
- Si vous avez besoin de soutien pour accompagner votre enfant

Tenez votre enfant dans une position de confort selon les directives du personnel soignant

- Assis sur vos genoux
- Tourné vers vous, comme lors d'un câlin
- Main tenue fermement mais doucement

Utilisez la distraction

- Essayez de le distraire avec son jeu préféré
- Faites-lui regarder une vidéo sur votre téléphone ou sa tablette
- Jouez à "Cherche et trouve" dans la salle
- Racontez-lui son histoire préférée
- Jeux de souffle : faites semblant de souffler une bougie avec lui

Encouragez-le

Dites-lui qu'il est courageux, qu'il fait de son mieux, qu'il peut être fier de lui.

Évitez les phrases trompeuses comme : «Ce n'est rien», «Tu ne sentiras rien»

Votre enfant a besoin de pouvoir vous faire confiance

Après la prise de sang : valorisez-le et rassurez-le

- Donnez du réconfort (Câlins, mots doux)
- Validez ce qu'il a vécu : «C'était difficile, mais tu t'en es bien sorti.»