

# Ponction lombaire

## Lumbar Puncture

Lumbar puncture, also called a spinal puncture or spinal tap, is a test where a small amount of fluid is removed from the space around the spinal cord. The fluid, called cerebrospinal fluid or CSF, is tested for problems.

An adult family member or friend needs to come with you to take you home after the test. It is not safe for you to drive or leave alone.

Arrive on time for your test. Plan on being here for about 2 hours. The test takes about 45 minutes.

### To Prepare

- Talk to your doctor about the medicines you take, including prescription and over the counter medicines, vitamins, minerals or herbal supplements. If you are taking any medicines to thin your blood, you may need to stop or change your medicines before your test.
- You may need to have some blood tests done before this test. Talk to your doctor about when and where you should have the tests done.
- Have an adult drive you to your test and be there to take you home after the test. It is not safe for you to leave after the test by yourself.
- The day of your test, remove any jewelry, including any piercings. Bring a list of all your medicines and your allergies, your insurance card and a photo ID.

Une ponction lombaire est un test dans lequel une petite quantité de fluide est prélevée dans l'espace qui entoure la moelle épinière. Le fluide, appelé « liquide cébro-spinal » ou LCS, est ensuite analysé à la recherche de problèmes.

Un adulte, membre de la famille ou ami, doit venir avec vous pour vous ramener chez vous après l'examen. Pour des raisons de sécurité, vous ne devez pas conduire vous-même ou partir seul.

Arrivez à l'heure pour votre examen. Prévoyez une fenêtre d'environ 2 heures. L'examen dure environ 45 minutes.

### Préparation

- Discutez avec votre médecin des médicaments que vous prenez, y compris les médicaments, les vitamines, les minéraux ou les suppléments à base de plantes, sous ordonnance ou en vente libre. Si vous prenez des médicaments pour fluidifier votre sang, il est possible que vous deviez arrêter de les prendre ou d'en changer avant le test.
- Il est possible que vous deviez faire des analyses sanguines avant ce test. Discutez avec votre médecin de la date et du lieu auxquels auront lieu les tests.
- Demandez à un adulte de vous conduire au lieu du test et de rester pour vous ramener chez vous après le test. Il n'est pas prudent de partir seul après le test.
- Le jour du test, retirez tous vos bijoux, y compris les perçages. Apportez la liste de tous vos médicaments et allergies, votre carte d'assurance maladie et une pièce d'identité.

## During the Test

- You will wear a hospital gown.
- The staff will help you into one of these positions:
  - Lie on your left side with your knees pulled up to your stomach as far as you can.
  - Sit on the side of the bed and lean over a table.
  - Lie on your stomach.
- The doctor cleans your lower back with a special soap. This may feel cold.
- Numbing medicine is put into the skin on your back. This may sting for a few seconds.
- When the skin is numb, a needle is placed between the bones of your spine to get the fluid. The needle does not go into your spinal cord.
- You may feel some pressure but no pain. Breathe slowly and deeply, relax and try not to move.
- While the needle is in place, you must stay very still.
- Fluid is removed through the needle in a slow drip. This may take 5 to 20 minutes based on how much fluid is needed.
- The needle is taken out and a band-aid is put on the site.

## Pendant le test

- Vous porterez une chemise d'hôpital.
- Le personnel vous aidera à prendre une des positions suivantes :
  - Allongé sur le côté gauche en levant les genoux autant que possible jusqu'au ventre.
  - Assis sur le côté du lit et penché sur une table.
  - Allongé sur le ventre.
- Le médecin vous nettoie le bas du dos avec un savon spécial. Ce sera peut-être froid.
- Un médicament engourdissant vous est injecté dans la peau du dos. Vous pourrez sentir une piqûre pendant quelques secondes.
- Lorsque la peau est engourdie, une aiguille est insérée entre les os de votre colonne vertébrale pour extraire le fluide. L'aiguille n'atteint pas votre moelle épinière.
- Vous pourrez sentir de la pression, mais pas de douleur. Respirez lentement et profondément, détendez-vous et essayez de ne pas bouger.
- Vous devez rester absolument immobile tant que l'aiguille est en place.
- Le fluide est extrait par l'aiguille au goutte-à-goutte. Cela peut prendre de 5 à 20 minutes selon la quantité de fluide nécessaire.
- L'aiguille est retirée et un pansement est posé sur le site de la ponction.

## After the Test

- You will lie flat for 1 hour. Ask for help to get out of bed if you need to go to the bathroom during this time. Your blood pressure, heart rate and breathing rate will be checked.
- You will need to have an adult family member or friend take you home for your safety.
- On the ride home, you may be directed to lie flat on your back in the back seat of the car if you have a headache.
- At home, if you have a headache, lay down for at least an hour with your head flat or propped up on only 1 pillow.
- You can get up to go to the toilet.
- Drink plenty of liquids, especially water and caffeine drinks to avoid or ease a headache.
- Take acetaminophen (Tylenol) or ibuprofen (Advil or Motrin) as directed on the label to help ease your headache if needed.
- Avoid exercise and strenuous activity for the next 24 hours.
- Remove the band-aid from the site the day after your test.
- Test results are sent to your doctor. Your doctor will share the results with you.

## Après l'examen

- Vous resterez couché à plat pendant une heure. Demandez de l'aide pour vous lever si vous voulez aller aux toilettes pendant ce temps. Votre pression artérielle, rythme cardiaque et rythme respiratoire seront contrôlés.
- Pour des raisons de sécurité, un membre de votre famille ou ami adulte devra vous ramener chez vous.
- Alors qu'on vous ramène chez vous, on pourra vous demander de vous allonger sur le dos sur le siège arrière de la voiture si vous avez mal à la tête.
- À la maison, si vous avez mal à la tête, allongez-vous pendant au moins une heure, la tête posée à plat ou soutenue par un seul oreiller.
- Vous pouvez vous lever pour aller aux toilettes.
- Buvez beaucoup de liquides, notamment de l'eau et des boissons caféinées pour éviter ou soulager un mal de tête.
- Prenez de l'acétaminophène (Tylenol) ou de l'ibuprofène (Advil ou Motrin) comme indiqué sur l'étiquette pour aider à soulager votre mal de tête, le cas échéant.
- Évitez de prendre de l'exercice et d'effectuer des activités ardues au cours des prochaines 24 heures.
- Retirez le pansement du site de la ponction un jour après le test.
- Les résultats du test seront envoyés à votre médecin. Ce dernier les commentera avec vous.

**Call your doctor right away if you have:**

- A severe headache
- Nausea or vomiting
- A fever
- Numbness or tingling in your legs
- More back pain

**Call 911 right away if you have excessive bleeding or drainage at the site.**

Talk with your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

**Appelez immédiatement votre médecin si vous avez :**

- Des maux de tête importants
- Des nausées ou vomissements
- De la fièvre
- Un engourdissement ou des picotements dans les jambes
- Davantage de douleurs dorsales

**Appelez le 911 immédiatement si le site de la ponction saigne ou coule de manière excessive.**

Demandez conseil à votre médecin ou votre infirmière si vous avez des questions ou des préoccupations.