

# La prise de sang



**Tu vas avoir une prise de sang.  
On peut la faire à l'hôpital, au laboratoire d'analyses  
ou parfois à la maison.**

Cette piqûre permet de prendre un peu de ton sang pour le faire analyser dans un laboratoire.

Ainsi, les médecins comprennent mieux ce qui se passe dans ton corps, ou comment soigner ta maladie.

**La prise de sang peut être désagréable  
et certains enfants ont peur de la piqûre.  
Mais il existe des solutions pour que ça se passe bien.**

## Comment ça se passe ?

### Avant la prise de sang

- Tu t'installes confortablement, parfois sur les genoux d'une personne qui va t'aider à ne pas bouger.
- On\* te met un garrot. C'est un gros élastique qui serre ton bras.
- Tu dois serrer fort le poing.
- On désinfecte ta peau.



### Pendant la prise de sang

- Grâce à une aiguille, on prend la quantité de sang nécessaire dans un petit tube.
- Tu peux regarder ce qu'on te fait ou regarder ailleurs.
- Ça ne dure pas très longtemps.



**Important ! Pendant la prise de sang, tu ne bouges pas, tu gardes le poing serré et tu respires tranquillement.**

### Après la prise de sang

- On enlève le garrot et l'aiguille.
- Il faut appuyer environ une minute avec un coton pour que ça ne saigne plus.
- On met un pansement. C'est fini.



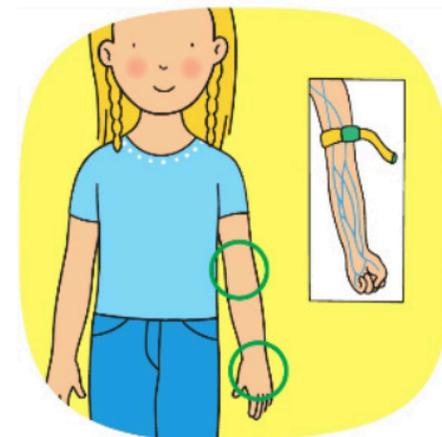
## Le sais-tu ?

### On prend du sang dans une de tes veines

Ton sang circule dans tout ton corps grâce à une multitude de petits tuyaux : les artères et les veines.

Pour faire une prise de sang, on choisit une veine qui est juste sous la peau : le plus souvent, c'est au pli du coude ou sur le dos de la main.

Quand tu serres ton poing, cela fait venir plus de sang dans tes veines et le garrot l'empêche de repartir. Alors, ta veine gonfle : on la voit et on la sent mieux.



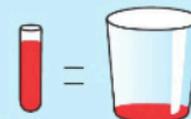
### L'aiguille utilisée est très fine

L'aiguille est creuse, comme un minuscule tuyau : ton sang passe par l'aiguille et coule dans le petit tube.

### On prend très peu de ton sang

On recueille ton sang dans un ou plusieurs petits tubes, suivant le nombre d'exams à faire. Dans tous les cas, cela représente une toute petite quantité : c'est comme si l'on retirait quelques gouttes d'eau d'une bouteille pleine. Et puis, ton corps fabrique continuellement du nouveau sang.

Regarde, le tube est plein mais, versé dans un verre, c'est très peu.



### Le petit trou fait par l'aiguille se referme très vite

Il faut simplement bien appuyer avec un coton à l'endroit de la prise de sang. Parfois, si un peu de sang est sorti de la veine tout en restant sous ta peau, un "bleu" apparaît. Plus rarement, quand une plus grande quantité de sang reste sous la peau, ça fait une petite bosse... Dans les deux cas, cela disparaît tout seul en quelques jours.

### Parfois, il ne faut rien manger avant la prise de sang

C'est nécessaire pour certains examens : on te prévient à l'avance et la prise de sang est faite le matin à jeun, c'est-à-dire sans avoir ni bu ni mangé.

Les adultes t'expliquent pourquoi on doit te faire une prise de sang et comment ça va se passer. Par exemple, ils peuvent te montrer ce qu'ils vont faire sur une peluche ou une poupée.

**C'est important que tu puisses poser des questions. Tout le monde est là pour t'aider à comprendre.**



**Est-ce que mes parents pourront rester avec moi ?**

Oui, un de tes parents (ou la personne qui t'accompagne) peut rester avec toi, s'il le souhaite et si tu es d'accord. Tu peux aussi emporter ton doudou, si tu en as un, ou un objet qui te rassure.



**Est-ce que ça fait mal ?**

C'est difficile de répondre car chacun réagit de manière différente : certains enfants n'ont pas mal, d'autres trouvent que c'est désagréable, certains sont inquiets parce qu'ils ont peur de la piqûre ou qu'ils n'aiment pas voir le sang... Et toi, comment réagis-tu ?



Heureusement, il existe des solutions efficaces pour aider les enfants dans chaque situation !

## La crème anesthésiante

Cette crème spéciale "endort" la peau. 1 à 2 heures à l'avance, on en pose à l'endroit où on va faire la prise de sang. Parfois, ce sont tes parents qui mettent la crème, à la maison.



Si la crème est dans un tube : on en met une couche épaisse sans masser, et on la recouvre d'un pansement transparent.

Si la crème est dans un patch (un pansement spécial) : on enlève la protection et on colle le patch sur la peau.



Avant de faire la prise de sang, on enlève le pansement ou le patch. Ta peau est "endormie" : tu ne sens pas ou presque pas la piqûre.

## La distraction ou l'hypnoalgésie, pour t'aider à penser à autre chose

Pendant la prise de sang, on peut te proposer différents moyens pour te distraire : chanter, te raconter une histoire, utiliser un jouet rigolo... C'est très efficace !



## Dans certains cas, le MÉOPA\*, un gaz à respirer dans un masque

Ce produit spécial, ne va pas t'endormir mais plutôt te détendre. Tu auras à la fois moins peur et moins mal. Il est utilisé quand on sait qu'il est très difficile de te faire une prise de sang : parce que tes veines sont très fragiles, parce qu'on a déjà essayé plusieurs fois ou parce que ta peur est trop forte...

\* Mélange Équimoléculaire Oxygène Protoxyde d'Azote. Voir la fiche SPARADRAP Le MÉOPA pour avoir moins mal.

## Quelques mots à l'intention des parents...

### Comment aider mon enfant ?

La préparation de votre enfant et le déroulement de la prise de sang vont dépendre de son âge mais aussi de ses expériences passées avec le monde médical. Voici quelques conseils.

**Avant :** Expliquez-lui pourquoi il faut lui faire une prise de sang et comment cela va se passer. Beaucoup d'enfants s'imaginent que la piqûre est une punition. Insistez au contraire sur le fait qu'il s'agit d'un soin. Essayez d'évaluer son inquiétude et renseignez-vous auprès des soignants pour savoir ce qui va être fait pour diminuer la douleur. Dans un laboratoire en ville, demandez également si la prise de sang sera faite par une personne habituée à prélever les enfants et si vous pourrez rester avec lui.

**Pendant :** Si vous êtes présents, vous pouvez reconforter votre enfant, lui transmettre votre confiance et le distraire. En effet, la distraction est un moyen très efficace pour diminuer la peur de la piqûre et la sensation douloureuse : vous pouvez, par exemple, chanter, lui raconter une histoire, prévoir d'apporter un jouet, un livre que votre enfant apprécie...

Retrouvez d'autres conseils sur [www.sparadrap.org](http://www.sparadrap.org) > Parents > Aider mon enfant lors des soins

### Avec ou sans crème anesthésiante ?

Aujourd'hui, la crème anesthésiante est utilisée systématiquement à l'hôpital (même aux urgences) et très souvent dans les laboratoires de ville. Elle est prescrite en fonction des besoins de l'enfant, en particulier s'il est petit, s'il a souvent des prises de sang ou s'il est inquiet. Les contre-indications sont très rares (la crème est même utilisée chez les nouveau-nés).

### Où et quand mettre la crème ?

Si c'est à vous, parents, de poser la crème à l'avance, il est important de vous faire préciser par la personne qui fera la piqûre où la mettre exactement. Cela dépend de l'âge de l'enfant et de l'endroit où la veine est la plus facile à repérer. Par précaution, on vous demandera peut-être de mettre de la crème à plusieurs endroits. Il faut mettre la crème au minimum une heure et demi avant le prélèvement (il peut être utile de noter sur le pansement l'heure de la pose).

### Est-ce que la prise de sang peut "rater" ?

La prise de sang, notamment chez un jeune enfant, est un geste techniquement difficile (en fonction de la taille et de la visibilité des veines) et il arrive que le prélèvement échoue. Dans ce cas, la personne qui fait la prise de sang tente de la faire à un autre endroit ou demande à une personne plus expérimentée de la faire.

Dans tous les cas, c'est important de laisser l'enfant récupérer s'il paraît en difficulté et il est conseillé de se limiter à deux ou trois tentatives. L'urgence vitale est rare et on peut souvent attendre ou bien trouver une autre solution.

Un document  
créé et diffusé  
par l'association  
**SPARADRAP**



Pour en savoir plus  
[www.sparadrap.org](http://www.sparadrap.org)

- > Des documents pour les enfants
- > Des conseils pour les parents
- > Le dico de la santé

Auteurs : Françoise GALLAND, Dr Didier COHEN-SALMON, Sandrine HERRENSCHMIDT - Illustrations et réalisation graphique : Sandrine HERRENSCHMIDT. Merci aux nombreux enfants, parents et professionnels de la santé qui ont bien voulu faire une relecture de ce document. Leur aide nous a été précieuse.

© Association SPARADRAP - juillet 2002 - Édition mise à jour en 2019 - 48, rue de la Plaine 75020 Paris - Tél. : 01 43 48 11 80 - [www.sparadrap.org](http://www.sparadrap.org)  
Tous droits de traduction, d'adaptation et de reproduction par tous procédés, réservés pour tous pays. Reproduction, même partielle, interdite.

ISBN : 978-2-91-2096-27-2 - Dépôt légal : septembre 2002 - 9<sup>e</sup> tirage octobre 2019

