S'informer sur l'injection de PRP - Fiche conseil

Intérêt et déroulement de l'injection de PRP (Plasma Riche en Plaquettes)

L'injection de PRP est une procédure médicale qui implique la collecte d'un échantillon de votre sang pour en extraire et concentrer les plaquettes par centrifugation, un processus qui dure environ 5 minutes. Ces plaquettes concentrées, contenues dans une fraction du plasma, sont ensuite réinjectées dans votre corps. Elles libèrent des facteurs de croissance en concentration élevée, stimulant ainsi la réparation des tissus endommagés. Bien que l'insertion de l'aiguille puisse causer une légère douleur, un gaz analgésique et anxiolytique peut être administré via un masque pendant la procédure, qui dure moins de 10 minutes.
Les effets bénéfiques de cette technique ne sont pas immédiats et peuvent prendre plusieurs mois à apparaître, sans garantie d'amélioration pour tous les patients. Dans certains cas, des injections supplémentaires pourront être nécessaires après 4 à 6 mois si le soulagement est partiel ou temporaire. Si aucun soulagement n'est constaté, il n'est pas recommandé de poursuivre les injections.

Précautions et contre-indications

Avant l'injection, il est crucial de signaler :

- toute grossesse potentielle,
- les antécédents tumoraux, y compris les cancers,
- la prise de médicaments anticoagulants ou antiagrégants,
- la prise d'anti-inflammatoires,
- les troubles de la coagulation ou des plaquettes,
- toute allergie connue.

Le jour de l'injection :

- l'intervention est contre-indiquée en cas de signes d'infection, de fièvre ou d'altération cutanée au site d'injection,
- Il est recommandé de venir accompagné.

Conseils avant l'injection :

- arrêtez les anti-inflammatoires 48 heures avant l'intervention et l'aspirine 10 jours avant, en raison de leur effet négatif sur les plaquettes,
- maintenez une bonne hydratation les jours précédant l'intervention et évitez l'alcool.

Conseils après l'injection :

- repos recommandé, évitez tout effort physique pendant 48 heures,
- la kinésithérapie peut être reprise 3 semaines après l'intervention, et les activités sportives 4 semaines après,
- le pansement peut être retiré le lendemain,
- la gestion de la douleur peut nécessiter des médicaments antidouleur et l'application de glace sur la zone traitée (toujours à travers un tissu et jamais directement sur la peau) ; évitez les anti-inflammatoires et l'aspirine pendant 2 semaines,
- consultez rapidement en cas de douleur intense, de gonflement ou de fièvre.

Effets indésirables potentiels (rares et généralement bénins) :

- malaise vagal, pouvant survenir pendant ou juste après l'injection mais se résolvant rapidement avec du repos,
- hématome au site d'injection, risque minime sauf pour les patients sous anticoagulants, grâce à l'usage d'aiguilles fines,
- **infection,** complication rare mais grave, il est indispensable d'y penser en cas de fièvre, douleur intense ou rougeur après l'infiltration ; **en présence de l'un de ces signes, consultez immédiatement un médecin ou rendez vous aux urgences.**

Informations importantes

- Évitez l'implantation de matériel (prothèse, dispositif d'ostéosynthèse) dans l'articulation traitée pendant 3 mois après l'injection de PRP.
- L'efficacité du PRP peut durer plusieurs mois, voire années, et le traitement peut être répété si bénéfique.

En cas d'effet secondaire, contactez :

- **ce numéro de téléphone :**
- le médecin traitant,
- le service d'urgence.

Document adapté de la SFTS