

DOCTEUR Nabila MERNIZ

Anesthésiste - Réanimateur Médecin de la douleur Auriculothérapeute

N° AM 75 1 743972

Numéro RPPS : 1000 1585453

Clinique Geoffroy Saint Hilaire 59, rue Geoffroy Saint Hilaire 75005 Paris

Cabinet médical Maréchal Harispe 4 rue du Maréchal Harispe 75007 Paris

nmerniz@aol.com



N° RPPS : 9999999999

Injections de plasma riche en plaquettes (PRP)

Document explicatif destiné au patient

Les injections de plasma riche en plaquettes (PRP) sont un traitement naturel, constitué à partir du propre sang du patient, permettant d'accélérer la récupération après une blessure ou une inflammation. Le plasma fait partie des trois composants du sang (avec les globules blancs et les globules rouges). Il est le plus riche en plaquettes : des cellules fabriquées par la moelle osseuse jouant un rôle essentiel dans le processus de cicatrisation. Le plus souvent, les injections de PRP sont utilisées dans le traitement « des tendinites (épaule, genou, coude), des lésions méniscales, de l'arthrose débutante (genou, cheville) ou encore de l'épine calcanéenne

Comment fonctionnent les plaquettes injectées ?

Longtemps réservée aux sportifs professionnels, cette thérapie est aujourd'hui accessible à tous. Elle consiste à injecter du plasma riche en plaquettes, collecté à partir du propre sang du patient, directement dans la zone blessée. La littérature récente démontre que l'utilisation des plaquettes du patient peut favoriser la guérison de certaines lésions par leur influence sur le processus d'inflammation. Le plus souvent, les injections de PRP sont utilisées dans le traitement « des tendinites (épaule, genou, coude), des lésions méniscales, de l'arthrose débutante (genou, cheville) ou encore de l'épine calcanéenne », indique le spécialiste. Elles peuvent être réalisées sur des patients de tout âge (souffrant de pathologies très diverses), par voie intra et extra-articulaire mais aussi pour traiter d'autres tissus mous, comme les ligaments. Le **PRP est un concentré de plasma sanguin qui contient une concentration élevée de plaquettes, obtenues à partir de sang autologue (le propre sang du patient)**. Elles contiennent une réserve élevée de facteurs de croissance, essentiels au processus de guérison du corps.

Le sang ne contient que 4 % de plaquettes (contre 93 % de globules rouges). Le séparateur cellulaire ou centrifugeuse permet d'obtenir du plasma concentré en plaquettes (2 à 3 fois la concentration de base), pauvre en globules blancs. Une fois injectées, les plaquettes libèrent des facteurs de croissance en grand nombre qui favorisent la prolifération cellulaire, (stimulation des fibroblastes, néovascularisation) la cicatrisation et la régénération cellulaire, ils réduisent ainsi l'inflammation et stimulent le remodelage tissulaire. Le délai d'action est lent (de quelques semaines à trois mois)

Contact médecin : nmerniz@aol.com

SMS uniquement : 0625946981

DOCTEUR Nabila MERNIZ

Anesthésiste - Réanimateur Médecin de la douleur Auriculothérapeute

N° AM 75 1 743972

Numéro RPPS : 1000 1585453

Clinique Geoffroy Saint Hilaire 59, rue Geoffroy Saint Hilaire 75005 Paris

Cabinet médical Maréchal Harispe 4 rue du Maréchal Harispe 75007 Paris

nmerniz@aol.com



N° RPPS : 9999999999

Comment se déroule l'infiltration de PRP?

Les injections de PRP se déroulent en ambulatoire et sont réalisées lors d'une consultation. Il n'est pas nécessaire d'être à jeun. Le jour de l'injection, le patient doit nettoyer la région à traiter avec du savon (et ne pas se raser). La procédure dure environ 15 minutes. Premièrement, le médecin réalise une prise de sang au patient. Ce sang est ensuite placé dans la centrifugeuse pour séparer ses composants et n'extraire que le plasma riche en plaquettes. Une fois le processus terminé, le médecin réalise l'injection à l'aide d'une aiguille spécifique (sans aucune transformation du produit) sous guidage échographique .

Les recommandations après l'injection de PRP

Les anti-inflammatoires sont contre-indiqués deux à trois semaines après l'injection (ainsi que deux semaines précédant le traitement). Après l'injection, un repos relatif est recommandé (avec arrêt des pratiques sportives durant une semaine). Du paracétamol est prescrit par le médecin en cas de douleurs. L'effet du PRP ne se manifestera qu'après quelques semaines (lésions musculaires) à quelques mois (lésions tendineuses et cartilagineuses). Pour la reprise du sport, nous conseillons une reprise progressive .. pour tout type d'activité physique un mois et demi plus tard.

- repos 48 à 72h pour tendinopathies
- repos 2 à 5 jours pour arthroses ou blessure articulaire
- éviter port de charges lourdes
- application de glace si besoin
- antalgiques simples si douleur
- ne pas prendre d'anti-inflammatoires durant 7 à 10 jours , car cela peut interférer avec le processus de régénération induit par le prp .
- reprise progressive des activités physiques modérées après une semaine
- reprise activité physique intense après 2 à 4 semaines

Contact médecin : nmerniz@aol.com

SMS uniquement : 0625946981

DOCTEUR Nabila MERNIZ

Anesthésiste - Réanimateur Médecin de la douleur Auriculothérapeute

N° AM 75 1 743972

Numéro RPPS : 1000 1585453

Clinique Geoffroy Saint Hilaire 59, rue Geoffroy Saint Hilaire 75005 Paris

Cabinet médical Maréchal Harispe 4 rue du Maréchal Harispe 75007 Paris

nmerniz@aol.com



N° RPPS : 9999999999

Je, soussigné (e), Melle,Mme,Monsieur (Nom, Prénom, Adresse) :..... -

ai été suffisamment informé(e) sur la procédure du traitement par PRP , les effets secondaires possibles et ses contre-indications, -

sais que je peux encore poser toute question supplémentaire au médecin, -

sais, qu'ayant signé le formulaire de consentement, je reste libre de refuser le traitement.

Je donne mon consentement pour bénéficier des injections de toxine botulinique prévues le,

par le Dr.....

Fait à Le..... Signature :

Docteur Nabila MERNIZ

Anesthésiste Réanimateur Algologue



(

Contact médecin : nmerniz@aol.com

SMS uniquement : 0625946981