



Traitement du vasospasme

Un vasospasme est un spasme ou une contraction des vaisseaux sanguins provoqué par le contact de l'air froid sur le mamelon. Ce spasme survient généralement lorsque le bébé se retire du sein. Il peut apparaître ou disparaître quelques fois entre les tétées. Ce n'est pas dangereux, mais cela peut être douloureux.

Vous pouvez mettre en application les conseils suivants afin de soulager l'inconfort provoqué par un vasospasme :

- Vérifier et corriger la prise du sein, puisqu'une mauvaise prise du sein est souvent la cause du vasospasme ;
- Appliquer de la chaleur sèche comme des compresses chaudes sèches, la paume des mains ou un sac magique sur les mamelons immédiatement après la tétée ;
- Garder le corps au chaud ;
- Demeurer active en pratiquant des exercices physiques régulièrement ;
- Éviter de fumer et d'être exposée à la fumée secondaire ;
- Réduire la consommation de caféine ;
- Traiter la douleur par la prise d'acétaminophène ou d'ibuprofène, au besoin.

Si la douleur persiste malgré l'application de ces conseils, il est possible qu'un professionnel vous recommande la prise de vitamine B6 (pyridoxine). Quoique son mode d'action soit imprécis, la vitamine B6 est une option apportant parfois une diminution de la douleur associée au vasospasme à titre de premier traitement.

Posologie

Étape 1 : Prendre 150 mg par jour, pendant 4 jours.

Étape 2 : Prendre 25 mg par jour, jusqu'à ce que la douleur disparaisse. Il est inutile de poursuivre au-delà de deux semaines s'il n'y a aucune amélioration.

Contre-indication/Interactions

Il n'y a aucune contre-indication à la prise de vitamine B6.

La vitamine B6 peut toutefois interagir avec plusieurs médicaments, entre autres :

- Pénicillamine (traitement de l'arthrite rhumatoïde) ;
- Théophylline (asthme) ;
- Contraceptifs oraux ;
- Oestrogènes ;
- Hydralazine (traitement de l'hypertension artérielle) ;
- Tétracycline (antibiotique) ;
- Antidépresseurs, de type IMAO.

Effets secondaires

La vitamine B6 peut provoquer les effets secondaires suivants :

- Nausée, vomissement ;
- Diarrhée ;
- Douleur à l'estomac ;
- Perte d'appétit ;
- Céphalée (mal de tête) ;
- Engourdissements ;
- Somnolence.

CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Hôpital Maisonneuve-Rosemont

5415, boul. de l'Assomption
Montréal (Québec) H1T 2M4

☎ 514 252-3400

🌐 ciuss-estmtl.gouv.qc.ca

D'autres publications et ressources d'intérêt sur la santé sont disponibles sur le site Internet du Centre d'information pour l'utilisateur et ses proches (CIUP).

🌐 <https://biblio-hmr.ca/in/fr/ciup>

Tous droits réservés

© CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, 2022

CP-SFE-161

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'Île-de-Montréal

Québec 