



CENTRE HOSPITALIER
INTERCOMMUNAL
CASTRES-MAZAMET

LE CLUD

Le Comité de LUTte contre la Douleur
du CHIC Castres-Mazamet

CONTRAT D'ENGAGEMENT

La douleur n'est plus une fatalité

**Votre équipe soignante s'engage
à prévenir, traiter et soulager la
douleur, à informer les patients
et leur famille de cette prise en
charge**

L'organisation Mondiale de la Santé définit la douleur comme :

"Une expérience sensorielle et émotionnelle désagréable associée à une lésion tissulaire existante ou potentielle ou décrite en terme d'une telle lésion."

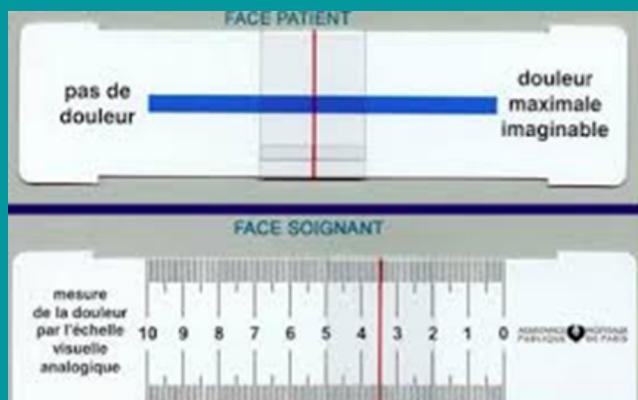
Traiter ou soulager les douleurs aiguës comme les coliques néphrétiques, les fractures ou les douleurs après une intervention chirurgicale, c'est possible.

Les douleurs chroniques, comme le mal de dos, la migraine, l'arthrose, les douleurs liées au cancer nécessitent une prise en charge spécifique qui sera établie par votre médecin.

Traiter la douleur améliore le confort et la qualité de vie car elle perturbe le sommeil, limite les activités, engendre anxiété et stress pouvant parfois conduire à la dépression? Celle-ci nécessitera alors une prise en charge spécifique.

Quels moyens avons-nous pour évaluer la douleur ?

L'Echelle Verbale Analogique (EVA) : elle se présente le plus souvent sous la forme d'une réglette équipée d'un curseur que vous mobilisez selon l'intensité de la douleur. De façon simplifiée, il s'agit d'un "thermomètre" de la douleur.



L'Echelle Numérique (EN) : sans support visuel, elle permet de quantifier de 0 à 10 le degré de la douleur.

L'Echelle Verbale très Simple (EVtS) : c'est un questionnaire qualitatif indiquant le niveau de la douleur : *Absence de douleur, un peu, beaucoup, très fort.*

L'évaluation de la douleur sera réalisée systématiquement et régulièrement par votre équipe soignante au même titre que la prise de la tension artérielle ou de la température.

Il n'existe pas une douleur mais des douleurs différentes, d'origines différentes, qui se traiteront différemment, ce qui nécessite de votre part une description très précise afin d'en faciliter le traitement et le soulagement.

Il est important pour votre équipe soignante de connaître : la durée, l'intensité, la localisation, le type de douleur, les facteurs déclenchants.

Cette description et cette évaluation vont nous aider à mettre en oeuvre tous les moyens à notre disposition pour mieux répondre à vos attentes.

Même si nous ne parvenons pas à supprimer totalement votre souffrance, nous espérons au moins la rendre supportable.

De quels moyens disposons-nous pour traiter votre douleur ?

Les moyens médicamenteux : certains d'entre eux vous sont familiers. Il s'agit d'adapter le traitement à la sévérité de la douleur tout en tenant compte de votre état de santé.

- Les antalgiques non morphiniques pour des douleurs faibles à modérées (paracétamol, aspirine) auxquels il convient d'ajouter des anti-inflammatoires.

- Les morphiniques faibles (codéine) qui sont souvent associés à d'autres molécules comme le paracétamol.
- Les morphiniques forts sont utilisés contre les douleurs sévères ou résistantes. Ils peuvent être administrés sous différentes formes (injectable, orale ou patch dermique).

Bien prescrite et bien utilisée, la morphine ne rend pas "droguée".

D'autres médicaments efficaces sur la douleur peuvent être associés aux antalgiques habituellement prescrits, comme certains anti-dépresseurs, certains anti-épileptiques ou les antispasmodiques.

D'autres moyens sont à votre disposition afin de mieux combattre la douleur comme l'anesthésie loco-régionale, la kinésithérapie, la sophrologie, la neurostimulation transcutanée, l'hypnose, l'acupuncture, la toucher massage, la prise en charge psychologique.

La prise en charge de la douleur est une priorité pour votre équipe soignante

Au cours de votre hospitalisation, plusieurs douleurs peuvent survenir à la suite d'une intervention chirurgicale, au décours d'un examen, lors d'un transport, d'un soin ou d'un fait de votre maladie.

Votre équipe soignante vous informera sur le risque de survenue de cette douleur et les moyens mis en oeuvre pour la prévenir.

Traiter la douleur est essentiel, la communication entre le patient et son équipe soignante est primordiale.

Toute douleur mérite notre attention et nous vous invitons à en informer au plus tôt votre équipe soignante.