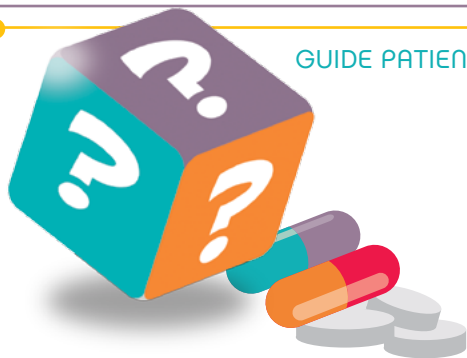


QUIZZ

n°2



GUIDE PATIENT

Comment lutter contre LES IDÉES REÇUES sur *la douleur ?*



1 Il existe un seul type de douleur.

VRAI FAUX

2 Un médicament antalgique permet de traiter la douleur.

VRAI FAUX

3 Il existe plusieurs niveaux d'antalgiques en fonction de l'intensité de ma douleur.

VRAI FAUX

4 Si je prends de la morphine dès maintenant, plus rien ne sera efficace plus tard si la douleur s'intensifie.

VRAI FAUX

5 Seul un traitement médicamenteux peut soulager la douleur.

VRAI FAUX

1

Il existe un seul type de douleur.

FAUX

Il existe plusieurs types de douleur.

La douleur peut être différenciée en fonction de sa **durée** :

- **Douleur aiguë** : elle est limitée dans le temps. C'est un signal d'alarme dont la cause doit être recherchée. Elle peut être spontanée ou provoquée par certains soins, examens ou positions. Une prise en charge inadaptée peut la rendre chronique.

- **Douleur chronique** : elle s'installe dans la durée (plus de 3 mois).

La douleur peut s'inscrire en fonction de son **mécanisme** :

- **Douleur par excès de nociception** : c'est la douleur la plus classique. Elle résulte de l'atteinte ou de l'agression des capteurs de la douleur. Ces récepteurs reconnaissent la douleur. La perception va ensuite cheminer le long du trajet nerveux dans la moelle épinière jusqu'à la zone du cerveau, où elle est perçue et source d'interaction avec les autres fonctions d'analyse du cerveau.

- **Douleur neuropathique** : elle est consécutive à une lésion nerveuse récente ou ancienne. Les sensations liées à cette douleur sont particulières et associent des sensations de fourmillements, brûlures, picotements, etc...

- **Douleur dysfonctionnelle** : c'est une désorganisation fonctionnelle qui touche le contrôle et la modulation des voies de la transmission du message douloureux dans les composantes émotionnelles, psychiques et de représentation.

2

Un médicament antalgique permet de traiter la douleur.

VRAI

Les antalgiques diminuent ou suppriment la douleur en bloquant le cheminement du signal nerveux à des niveaux différents qui dépendent de la nature du médicament.

Les antalgiques n'agissent pas sur la cause de la douleur.

Concernant les douleurs neuropathiques, les antalgiques classiques sont souvent inefficaces. D'autres traitements existent tels que les antidépresseurs ou les anticonvulsivants.

L'antalgique adéquat sera choisi avec le professionnel de santé en tenant compte de votre propre expérience douloureuse et de l'évaluation que vous faites de votre douleur.



3

Il existe plusieurs niveaux d'antalgiques en fonction de l'intensité de ma douleur.

VRAI

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) a classé les antalgiques en 3 paliers, des moins puissants aux plus puissants :

- Les antalgiques du palier I sont utilisés pour traiter les douleurs faibles à modérées.
- Les antalgiques du palier II, pour les douleurs modérées.
- Les antalgiques du palier III, pour les douleurs modérées à fortes.

Si vos douleurs ne sont pas suffisamment soulagées par les antalgiques du palier utilisé, plusieurs stratégies thérapeutiques seront envisagées : augmentation des doses ou de la fréquence des prises, ajout d'autres traitements antalgiques ou passage à des antalgiques d'un palier supérieur.

4

Si je prends de la morphine dès maintenant, plus rien ne sera efficace plus tard si la douleur s'intensifie.

FAUX

Si votre douleur justifie un traitement par de la morphine, cela ne signifie pas qu'elle ne sera plus efficace à un autre moment.

Par ailleurs, si vos douleurs ne sont pas suffisamment soulagées par la morphine, les doses pourront être augmentées, d'autres traitements antalgiques pourront être ajoutés.



5

Seul un traitement médicamenteux peut soulager la douleur.

FAUX

Il existe des techniques non médicamenteuses pour soulager la douleur.

Les **traitements physiques** sont nombreux : rééducation fonctionnelle, ostéopathie, kinésithérapie, physiothérapie (application de chaleur, froid, courant électrique, etc.), balnéothérapie, contentions, éducation posturale et gestuelle, psychomotricité, etc.

D'autres méthodes, dites **comportementales**, permettent d'apprendre à diminuer l'anxiété et le stress (relaxation, hypnose médicale, etc.), ce qui a pour effet de diminuer la perception de la douleur.

D'autres **recours thérapeutiques** peuvent être proposés au sein d'une structure de douleur chronique.

DANS TOUS LES CAS, PARLEZ-EN À VOTRE MÉDECIN.

CP Clinique
Pasteur
TOULOUSE

● ● ● ● **CENTRE DE LA DOULEUR CHRONIQUE**

● ● ● ● **L'Atrium**

● ● ● ● 1 rue de la Petite Vitesse
31300 Toulouse

05 62 21 35 36

N° de porte : 40 - 1^{er} étage

www.clinique-pasteur.com

