



## Fiche 17

# La prise en charge de la douleur

En toutes circonstances, le médecin doit s'efforcer de soulager la douleur du patient par des moyens appropriés à son état. Il existe ainsi des structures spécialisées dans la prise en charge de la douleur chronique ayant un retentissement sur la vie quotidienne.

Deux niveaux de structures douleur chronique (SDC) sont prévus :

- les consultations, qui assurent une prise en charge pluriprofessionnelle à la fois spécialisée et de proximité, en lien avec l'offre de premier recours ;
- les centres, qui réalisent une prise en charge médicale pluridisciplinaire et ont accès à un plateau technique et, si besoin, à des lits d'hospitalisation.

## Est-il normal d'avoir mal ?

La douleur est un signe d'alerte physiologique mais de nos jours, il n'est pas normal qu'une douleur se prolonge. C'est un devoir pour le médecin comme pour les autres personnels soignants d'évaluer et de soulager la douleur des patients.

## La douleur est-elle évitable ?

Il existe plusieurs types de douleur :

- les douleurs aiguës (postchirurgie, traumatisme, etc.) : ce sont des douleurs très récentes. Leur cause doit être recherchée et parallèlement elles doivent être traitées ;
- les douleurs provoquées par certains soins ou examens (pansements ; pose de sondes, de perfusion, etc.). Ces douleurs peuvent être prévenues. L'objectif est de limiter leur survenue et leur intensité ;
- les douleurs chroniques (migraines, lombalgies, etc.) : ce sont des douleurs persistantes dont la cause est connue et qui représentent une pathologie en soi. Il faut donc traiter la douleur et tout ce qui la favorise.

Avant tout acte, le personnel de santé doit vous expliquer la technique employée et son déroulement. Si cet acte est réputé douloureux, le soignant se réfère à un protocole de prise en charge de la douleur prévu par le médecin ou le chirurgien qui vous soigne. Ce protocole doit être strictement suivi par le personnel soignant

qui n'a pas à prendre l'initiative de le modifier ou de diminuer les doses même s'il constate que vous avez moins mal.

Le personnel de santé note l'intensité de votre douleur dans le dossier patient et utilise les moyens les mieux adaptés pour la prévenir et la soulager (antalgiques, méthode non médicamenteuse, etc.). Pour mesurer l'intensité de la douleur, plusieurs échelles sont à sa disposition.

La traçabilité de l'évaluation de la douleur, c'est-à-dire l'enregistrement de cette évaluation dans le dossier patient, fait partie des indicateurs de qualité de la prise en charge dans l'établissement de santé.

Si, malgré le traitement, vous souffrez encore, vous devez demander que le traitement soit modifié, au besoin en faisant appel à un médecin.

## Que peut-on vous proposer lorsque certains examens sont douloureux ?

Certains examens douloureux peuvent être réalisés sous sédation ou anesthésie générale, comme par exemple les endoscopies, les fibroscopies, etc.

De même, les pansements, une rééducation, des ponctions ou d'autres examens ou traitements douloureux peuvent être réalisés en ayant pris au préalable ou pendant l'acte des médicaments antalgiques ou sédatifs. Ne soyez pas surpris, un de ces médicaments est un gaz anesthésique à respirer.

Certaines piqûres dans les artères ou la pose de cathéter peuvent être douloureuses et soulagées par l'utilisation d'anesthésiques locaux qui insensibilisent la zone.

## Doit-on attendre que la douleur s'installe ?

Pour la douleur aiguë prévisible (exemple : celle qui intervient en postopératoire), le médecin prescrit des antalgiques qui doivent être pris par le patient systématiquement avant que la douleur ne s'installe.

Pour une douleur chronique, qui dure plusieurs semaines ou mois, il est préférable de faire le point avec votre médecin traitant qui peut vous orienter vers des consultations spécialisées contre la douleur chronique organisées dans des établissements de santé. L'accès aux structures de traitement de la douleur chronique s'effectue uniquement sur rendez-vous, et il n'est pas possible de venir consulter directement : il faut avoir été adressé par un médecin. Le traitement de la douleur chronique peut faire appel à des moyens thérapeutiques variés, dont la mise en œuvre est bien codifiée : médicaments antalgiques, techniques anesthésiques et neurochirurgicales, kinésithérapie...

Des spécialistes de différentes disciplines interviennent dans ces structures, car les douleurs chroniques sont multifactorielles et nécessitent une prise en charge pluriprofessionnelle.



## Suis-je obligé de respecter les doses prescrites?

Un traitement contre la douleur nécessite de prendre précisément les bonnes doses. Ne prenez pas d'initiative dans ce domaine sans prévenir votre médecin.

## Qu'est-ce que le contrat d'engagement de lutte contre la douleur ?

Le contrat d'engagement, mis en place par le programme national (2002-2005) de lutte contre la douleur dans les établissements de santé est un document remis à tout patient hospitalisé en même temps que le livret d'accueil. Ce document constitue un acte d'engagement dans une politique d'amélioration de la prise en charge de la douleur des personnes accueillies.

Le contrat d'engagement a été actualisé à l'occasion du colloque de 2011 : « Prise en charge de la douleur : les attentes des usagers, l'action des pouvoirs publics et l'engagement des professionnels de santé ».



**N'hésitez pas à parler de votre douleur. Votre participation est essentielle. Les professionnels de santé sont là pour vous soigner, vous écouter, vous soutenir et vous aider.**

## En savoir plus

### Fiches

- Fiche 8 - L'information du patient
- Fiche 10 - Le consentement aux soins
- Fiche 21 - Les soins palliatifs
- Fiche 22 - La fin de vie

### Sites Internet

- Le dossier douleur du site du ministère
- Le site du Défenseur des droits
- L'espace droits des usagers de la santé