

LA
DOULEUR
LA PLUS
INTENSE

PARLEZ-NOUS DE VOTRE DOULEUR VOUS NOUS AIDEREZ À LA TRAITER

Les patients ont le droit de recevoir le meilleur soulagement possible. Or, nous savons que le moyen le plus efficace de gérer la douleur repose sur la collaboration entre le patient, sa famille et les professionnels de la santé.

Pour mieux traiter votre douleur, veuillez nous la décrire. Vous trouverez ci-dessous une liste de questions et de sujets concernant la douleur. Pensez-y, puis discutez-en avec votre famille avant d'en parler à votre infirmière ou à votre médecin.



AUCUNE
DOULEUR

QUELLE EST L'INTENSITÉ DE VOTRE DOULEUR?

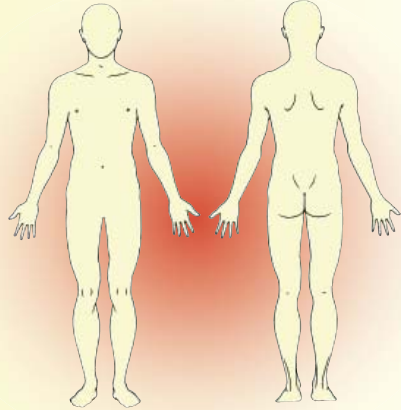
(Si vous éprouvez plus qu'une douleur, évaluez chacune d'elle séparément) Sur une échelle de 0 à 10, à quelle intensité situez-vous votre douleur?

DÉBUT ET DURÉE DE LA DOULEUR

Quand avez-vous commencé à éprouver des douleurs?

Que faisiez-vous quand les douleurs sont apparues? Étiez-vous blessé?

Depuis combien de temps souffrez-vous?



OÙ AVEZ-VOUS MAL?

CARACTÉRISTIQUES DE LA DOULEUR

Si vous en êtes capable, il serait très utile pour nous que vous utilisiez les mots suivants pour décrire votre douleur. Ces adjectifs aideront votre infirmière et votre médecin à déterminer quel type de douleur vous éprouvez. Ils pourront ainsi mieux la traiter.

Encercler l'adjectif qui décrit le mieux votre douleur.

Votre douleur est-elle :

vive sourde aiguë tranchante cuisante
lancinante pulsatile autre : _____

FRÉQUENCE

À quelle fréquence éprouvez-vous des douleurs?

Vos douleurs sont-elles toujours présentes ou sont-elles intermittentes?

SYMPTÔMES ASSOCIÉS

Souffrez-vous d'autres symptômes qui apparaissent avant ou durant la douleur? Par exemple, avez-vous des nausées ou des faiblesses?

Avez-vous de la diarrhée, des vomissements ou de la difficulté à vous asseoir, à marcher et/ou à vous déplacer?

La région douloureuse change-t-elle de couleur ou de température lorsque vous éprouvez des douleurs?

QU'EST-CE QUI CAUSE VOTRE DOULEUR?

Qu'est-ce qui aggrave votre douleur? À quel point?

Qu'est-ce qui réduit votre douleur? À quel point?

Les patients qui souffrent de **douleurs chroniques** (douleurs ou inconfort qui persistent assez longtemps) ont parfois d'autres symptômes qui accompagnent la douleur.

Si vous éprouvez des douleurs chroniques :

L'intensité de la douleur varie-t-elle avec les changements de température?

La douleur se manifeste-t-elle au même moment chaque jour ou après avoir effectué les mêmes tâches (ex. : après avoir mangé, après avoir été aux toilettes)?

MODE DE VIE

Comment la douleur affecte-t-elle votre qualité de vie?

Avez-vous de la difficulté à marcher, à dormir, à manger ou à sortir avec des amis et avec les membres de votre famille?

Vous est-il difficile de vous acquitter de vos tâches quotidiennes à cause de la douleur (par exemple, faire la cuisine, prendre un bain ou nettoyer la maison)?

Avez-vous constaté chez vous des changements d'humeur dus à la douleur?

Les gens utilisent souvent d'autres termes pour désigner la douleur. Est-ce votre cas ou celui de votre famille? Pourquoi croyez-vous éprouver des douleurs? Croyez-vous qu'il existe autre chose que vous n'avez pas encore essayé et qui pourrait alléger vos douleurs?

Si vous avez déjà éprouvé des douleurs dans le passé, décrivez-les. Quels sont les moyens qui vous ont aidé(e)? Quels sont les moyens qui se sont avérés inefficaces?

Le temps que vous consacrerez à répondre à ces questions nous aidera à élaborer un plan de gestion de la douleur susceptible de vous soulager!

Références

American Geriatrics Society Panel on Persistent Pain in Older Persons. The management of persistent pain in older persons. *Journal of the American Geriatrics Society*. 2002;50:S205-S224.

Gordon D, Kwekkeboom K, Ward S. Health facts for you: pain management. *UW Health - Online Health Fact*. University of Wisconsin Hospitals and Clinics: Department of Nursing. 2000;UWH-4922.

Satvinder SD, Hurley RW. The Neurobiology of Pain. In: Tollison CD, Satterthwaite JR, Tollison JW, eds. *Practical Pain Management*. 3rd ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. 2002;10-25.

Watt-Watson J. Misbeliefs about pain. In: Watt-Watson J, Donovan M, eds. *Pain Management: Nursing Perspective*. St. Louis: Mosby Yearbook. 1992;36-58.

Sites Web / ressources pour obtenir de l'information sur le contrôle de la douleur :

Conseil canadien d'agrément des services de santé
<http://www.cchsa.ca>

Société canadienne de la douleur
<http://www.canadianpainsociety.ca>

IMPORTANT - S.V.P. LIRE ATTENTIVEMENT

L'information contenue dans ce document y apparaît à titre d'information générale seulement. Elle n'a pour but d'être un substitut à une consultation avec un professionnel qualifié de la santé ou de fournir un avis médical, un diagnostic ou un traitement. Bien que l'information soit la dernière disponible à la date de cette publication, elle est sujette à des changements en tout temps étant donné l'avancement de la connaissance médicale. Nous vous demandons de chercher l'avis d'un médecin qualifié pour vos propres particularités ou questions médicales. L'Hôpital général juif - Sir Mortimer B. Davis n'accepte aucune responsabilité de quelque nature que ce soit, pour l'utilisation de cette information.

Cette brochure a été développée par
le Comité d'amélioration continue de la qualité sur le contrôle de la douleur HGJ.



HÔPITAL GÉNÉRAL JUIF
SIR MORTIMER B. DAVIS
HÔPITAL D'ENSEIGNEMENT DE L'UNIVERSITÉ MCGILL

