



CENTRE HOSPITALIER  
LA PALMOSA

# *Information sur la prise en charge de la douleur*

## *IL EST IMPORTANT DE SOULAGER LA DOULEUR*

Le soulagement de la douleur vous aidera à assurer votre bien-être, à reprendre vos activités plus rapidement, à prévenir les complications dues à l'immobilité.

## *QU'EST-CE QU'UN MEDICAMENT ANALGESIQUE ?*

C'est un médicament prescrit pour soulager la douleur. Pour une douleur légère à modérée, le paracétamol est utilisé seul ou en association avec de la codéine. Pour une douleur modérée à sévère, les analgésiques morphiniques sont utilisés. Demandez à votre infirmière le nom de l'analgésique utilisé et la fréquence à laquelle il vous sera prescrit.

## *DOIT-ON ESPERER N'AVOIR AUCUNE DOULEUR ?*

Une absence totale de douleur est difficile à assurer dans la période post opératoire immédiate. Mais dans tous les cas, nous pouvons soulager considérablement votre douleur.

## *DOIT-ON AVOIR PEUR DE DEVENIR DEPENDANT DES ANALGESIQUES ?*

Cette crainte est basée sur de vieux préjugés. Il n'y a aucune raison de souffrir inutilement. Vous pouvez soulager votre douleur sans risque de devenir dépendant des analgésiques. Lorsque la douleur diminuera, vous diminuerez la prise d'analgésiques.

## *EXISTE-T-IL DES EFFETS SECONDAIRES ?*

Les analgésiques ont parfois des effets secondaires tels que : constipation, nausée, somnolence. Il est inutile de souffrir pour éviter ces effets secondaires. Lorsqu'ils surviennent, on peut les corriger rapidement en changeant d'analgésique ou en administrant un produit qui traite les nausées, la constipation...

Cela permet d'assurer votre bien-être tout en continuant de soulager votre douleur.

## *COMMENT AMELIORER L'EFFICACITE DU TRAITEMENT CONTRE LA DOULEUR ?*

Le traitement analgésique est prescrit dès l'apparition de la douleur en salle de réveil et poursuivi dans le service d'hospitalisation à titre préventif. Si la douleur apparaît, n'attendez pas qu'elle soit importante. Après l'opération, avisez votre infirmière si les doses prévues par votre médecin anesthésiste ne vous soulagent pas suffisamment ou pas assez longtemps. Vous êtes la personne la mieux informée sur votre douleur.

En cas de chirurgie particulièrement douloureuse et/ou pour améliorer votre rééducation, il peut vous être proposé une PCA (seringue de morphine, que vous gérez vous-même en fonction de la douleur) ou un cathéter péri-nerveux qui permet d'insensibiliser tout ou partie d'un membre.

## *RAPPELEZ-VOUS :*

Chaque personne a le droit d'être soulagée de sa douleur. Elle a le devoir de contribuer personnellement à la qualité des soins en retenant les principes suivants :

- les douleurs diminuent notre énergie et affectent notre qualité de vie pendant la convalescence ;
- il vaut mieux prévenir l'apparition de la douleur. Il ne faut pas attendre qu'elle apparaisse pour prendre un analgésique ;
- Les douleurs peuvent être soulagées dans la plupart des cas. Si le traitement ne vous soulage pas suffisamment ou pas assez longtemps dites-le sans tarder à votre médecin ou à votre infirmière. L'analgésique, la dose ou la fréquence peuvent être modifiés ;
- la morphine est un excellent analgésique très souvent utilisé dans le traitement de la douleur post opératoire. La prescription de morphine ne signifie pas qu'une personne est atteinte d'une maladie grave ;
- il faut être précis dans les informations que l'on donne au médecin ou à l'infirmière.

***VOTRE COLLABORATION EST TRES  
IMPORTANTE POUR ASSURER UNE BONNE  
QUALITE DES SOINS ET UN SOULAGEMENT  
DE LA DOULEUR.***