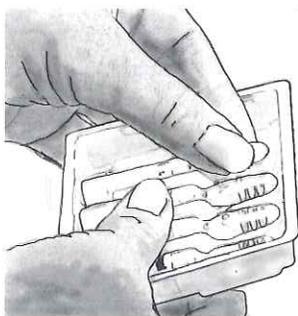


## Une fois l'infirmier-ère informé-e, que se passe-t-il?

L'infirmier-ère viendra auprès de vous avec la réglette, vous demandera d'évaluer votre douleur, puis vous administrera un traitement adapté. Il y aura une deuxième évaluation faite en fonction de la durée d'action du produit administré afin d'évaluer l'efficacité du traitement et de l'adapter ou de le modifier s'il n'est pas suffisamment efficace.

Nous avons pleinement conscience que cette démarche peut vous sembler répétitive (en effet, cette évaluation peut être pratiquée à plusieurs reprises dans la journée) toutefois votre collaboration reste indispensable.

Il se peut que le soulagement de votre douleur ne soit pas total; sachez que nous mettrons en œuvre tous les moyens pour vous soulager au maximum. N'hésitez pas à nous en parler.



## Voici quelques questions qui pourraient vous aider à décrire plus précisément vos douleurs.

Depuis combien de temps ressentez-vous des douleurs?

A quelle fréquence apparaissent-elles?  
*En permanence, à certains moments, périodiquement...*

A quel moment les douleurs sont-elles les plus vives et les plus faibles?  
*Pendant la journée ou la nuit...*

Comment percevez-vous vos douleurs?  
*Vives, sourdes, brûlantes, qui tirent, qui vrillent, lancinantes, qui martèlent, irradiantes...*

Certaines positions accentuent-elles ou diminuent-elles la douleur?  
*Couché, assis, debout, en mouvement...*

Prenez-vous des médicaments antalgiques?

Quels sont leurs effets?  
*Soulagent toujours, parfois...*

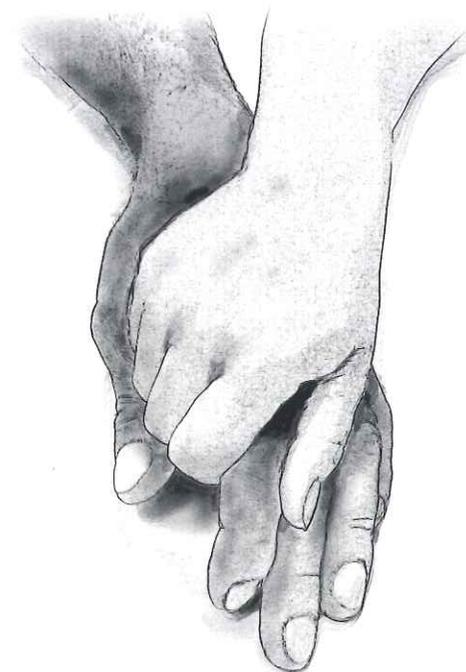
D'autres méthodes vous permettent-elles d'atténuer la douleur?  
*Chaud, froid, massages, relaxation, autres...*

 **La Tour**  
RÉSEAU  
DE SOINS

La Tour S.A.  
3, Avenue J.-D. Maillard  
1217 Meyrin  
T: +41 (0)22 719 61 11  
www.latour.ch

Département Qualité T: +41 (0)22 719 65 49

# Ensemble contre la douleur



« Sans attendre la venue de nouvelles substances ou de nouvelles techniques, l'objectif immédiat est d'unir et de coordonner les savoirs existants et d'orienter le malade vers les solutions qui nous paraissent plus efficaces »

 **La Tour**  
RÉSEAU  
DE SOINS

Docteur René Feuardent  
co-fondateur de l'Hôpital de la Tour

## Qu'est-ce que la douleur?

La douleur est un phénomène subjectif; tout le monde ne réagit pas de la même manière, nous le savons, nous le comprenons et nous pouvons vous aider mais nous devons le faire cette démarche ensemble.

Parmi les nombreuses définitions de la douleur, nous avons retenu celle de l'ASP *Association internationale d'étude de la douleur*:

«La douleur est une expérience sensorielle et émotionnelle désagréable associée à un dommage tissulaire ou potentiel où décrite en terme d'un tel dommage».

## Quel est son rôle?

La douleur a un rôle protecteur. Elle signale un dysfonctionnement de votre organisme.

Elle a des effets indésirables destructeurs si elle n'est pas traitée correctement.

Supporter la douleur n'est pas nécessaire. Elle altère votre confort et votre qualité de vie.

## Quelle est notre position face à la douleur?

La douleur n'est plus une fatalité et nous voulons la maîtriser avec vous.

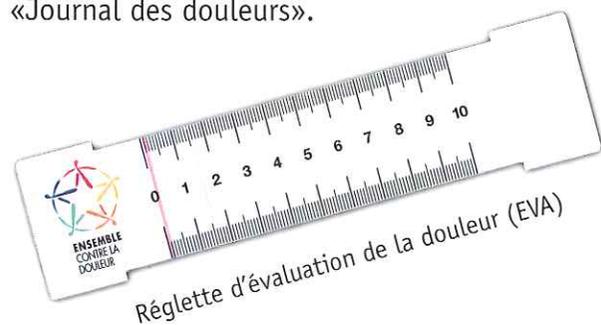
Nous considérons que toute douleur exprimée est vraie. Vous seul pouvez la décrire. Personne ne peut la ressentir à votre place. Parlons-en ensemble.

## Quels moyens avons-nous pour lutter contre la douleur?

Au sein de notre établissement, nous utilisons, à maintes reprises tout au long de la journée, la réglette qui est un outil d'évaluation de la douleur.

Elle permet de mesurer son intensité.

Vous pourrez noter vos évaluations dans le «Journal des douleurs».



Réglette d'évaluation de la douleur (EVA)

Les données recueillies seront retranscrites par votre infirmier-ère dans votre dossier médical.

Nous disposons de plusieurs moyens:

- En ce qui concerne les médicaments, nous appliquons les traitements selon les règles de l'OMS d'après l'échelle ci-dessous
- Les anesthésies péridurales et loco-régionales ainsi que la PCA *perfusion analgésique auto-contrôlée par le patient*
- D'autres méthodes comme la physiothérapie, le massage, l'ostéopathie, la relaxation...

Les trois paliers selon l'OMS



## Lorsque vous ressentez une douleur, auprès de qui devez-vous vous adresser?

A l'infirmière qui est le plus souvent auprès de vous, au médecin mais aussi à tout autre membre du personnel soignant.

Perfusion montée sur une «PCA»