



La DOULEUR, parlons-en !

Livret adulte

*Accueil Savoie Handicap, une association
engagée dans la prise en charge de la douleur*

Qu'est-ce que la douleur ?

La douleur est une « expérience sensorielle et émotionnelle désagréable ».



Source : CoActis Santé

Cette dernière est composée tant des sensations physiques que de ce qui relève des émotions. On insiste donc sur le caractère individuel et subjectif du ressenti :

chacun est expert de sa douleur.

Quand la douleur peut-elle être évaluée ?

A chaque fois que nécessaire, c'est-à-dire quand la personne exprime sa douleur, lors d'une variation de son intensité, ou d'un nouveau déclenchement.

Pourquoi évaluer la douleur ?

L'évaluation de la douleur, qu'elle soit chronique ou aiguë, permet de mieux la prendre en charge et d'améliorer le confort de la personne. Elle participe au diagnostic.

Dans les situations de douleur aiguë, la douleur est également un signal d'alarme.

Comment mesurer la douleur ?

De nombreuses grilles d'évaluation de la douleur existent. Ce livret présente les outils sélectionnés par les médecins et les professionnels d'Accueil Savoie Handicap : ceux-ci sont suffisamment variés pour que chaque usager ait un outil d'évaluation qui lui corresponde.

► **«L'auto-évaluation »**

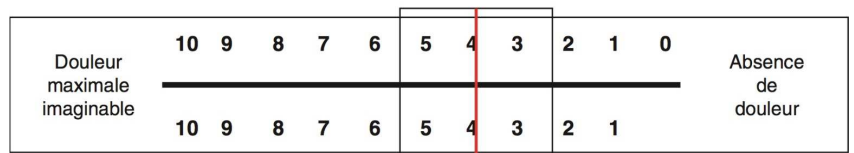
L'auto-évaluation » est l'évaluation par l'utilisateur lui-même. Sa participation est essentielle pour connaître la localisation et l'intensité de la douleur.

Echelle numérique

L'échelle numérique est une échelle d'évaluation de la douleur qui consiste à demander à l'utilisateur de donner une note à la douleur ressentie, allant de 0 (pas de douleur) à 10 (douleur maximale imaginable).

EVA coté patient (*recto*)

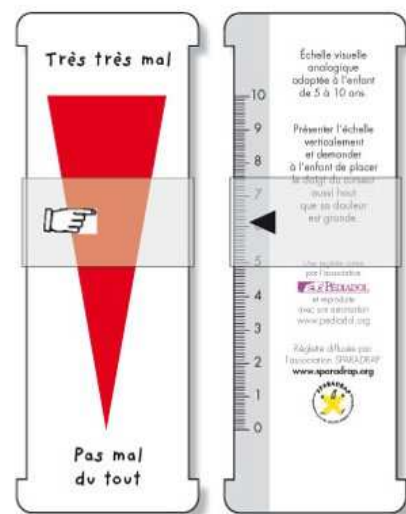
EVA coté examinateur (verso)



Echelle visuelle analogique (EVA)

L'EVA est une évaluation de la douleur qui permet de coter son intensité.

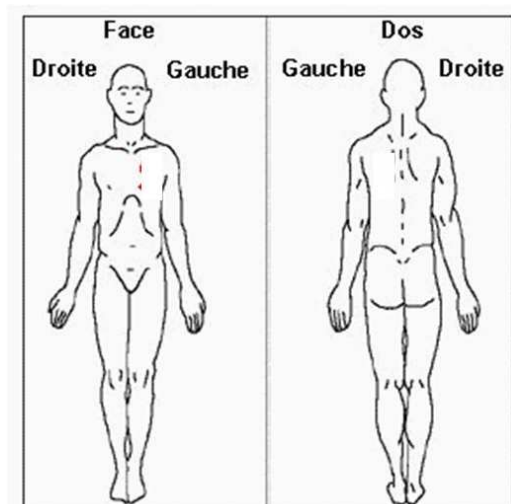
L'utilisateur évalue l'intensité de sa douleur au moyen d'un curseur qu'il déplace : il s'agit d'un « thermomètre de la douleur »



© Association SPARADRAP

Echelle des silhouettes

L'utilisateur indique sur un schéma corporel où se trouve la douleur en hachurant la zone, et en indiquant un « S » pour une douleur près de la surface du corps ou un « P » pour une douleur plus profonde, et un « I » là où la douleur est la plus intense.



Echelle verbale simple

L'échelle verbale simple permet de mesurer l'intensité de la douleur en qualifiant cette douleur : « un peu, beaucoup, intensément, ... ». Chaque adjectif permet d'évaluer la douleur.

Pour préciser l'importance de votre douleur répondez en entourant la réponse correcte pour chacun des 3 types de douleur :

Douleur Au moment présent	0 absente	1 faible	2 modérée	3 intense	4 extrêmement intense
Douleur habituelle Depuis les 8 derniers jours	0 absente	1 faible	2 modérée	3 intense	4 extrêmement intense
Douleur la plus intense Depuis les huit derniers jours	0 absente	1 faible	2 modérée	3 intense	4 extrêmement intense

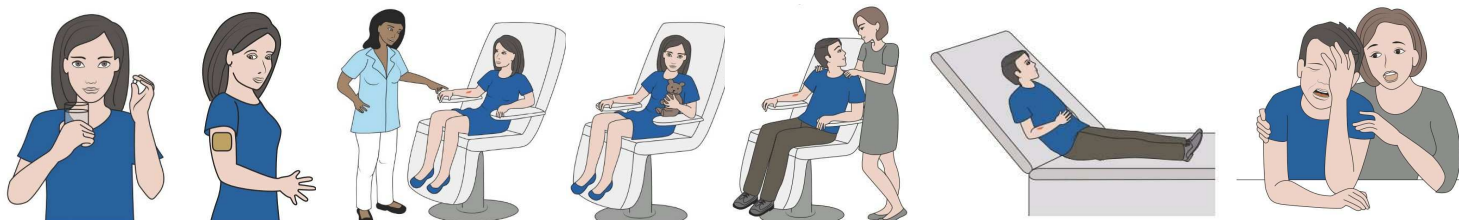
► «L'hétéro-évaluation »

«L'hétéro-évaluation » est l'évaluation de la douleur par les professionnels, la famille, ou toute autre personne autre que l'utilisateur lui-même . Plusieurs grilles sont utilisées au pôle adulte d'Accueil Savoie Handicap : « **doloplus** » (douleur chronique), « **Algoplus** » (douleur aiguë transitoire), « **Ged-di** » (douleur avec troubles cognitifs associés).

L'utilisation de ces grilles permet d'objectiver la mesure de la douleur. La personne en charge de l'hétéro-évaluation observe et écoute attentivement l'utilisateur. A domicile, les aidants peuvent être intégrés à cette démarche d'évaluation.

Comment la douleur est prise en charge ?

Les modalités de prise en charge de la douleur s'adaptent selon le niveau de douleur et le type de handicap : traitement de la cause de la douleur (quand il est possible d'en déterminer une) conjointement avec des médecins –(généralistes, spécialistes, CAD), présence et écoute, massages, médicaments antidouleurs, réévaluation des installations et appareillages, changement de position ...



Source : CoActis Santé

Qui est formé pour la prise en charge de la douleur ?

L'ensemble des professionnels d'Accueil Savoie Handicap est sensibilisé au repérage et à la prise en charge de la douleur, ainsi qu'à l'orientation vers les médecins adaptés.

De plus, une « infirmière ressource douleur » travaille en lien avec les médecins.



Pour plus d'informations sur la mesure et la prise en charge de la douleur, n'hésitez pas à contacter Laurence BOSQ, infirmière ressource douleur. Elle pourra répondre à l'ensemble de vos questions et vous indiquer la méthode utilisée pour mesurer la douleur pour chaque usager.



info@ash73.com - www.ash73.com

CEM

261 route de la Doria - BP 20021
73232 Saint Alban-Leyse Cédex
Tél. : 04 79 33 62 62
Fax : 04 79 75 03 61

SESSAD

533 square du Docteur Zamenhof
73000 Chambéry
Tél. : 04 79 72 25 50
Fax : 04 79 72 23 34

SAMSAH

89 rue de Warens
73000 Chambéry
Tél. : 04 79 62 78 26
Fax : 04 79 96 37 03

SAVS

89 rue de Warens
73000 Chambéry
Tél. : 04 79 62 78 26
Fax : 04 79 96 37 03