

APPROCHE DE LA DOULEUR CHEZ LA PERSONNE ÂGÉE À DOMICILE

IDÉES REÇUES

« C'est normal d'avoir mal quand on est vieux »

La douleur est banalisée et sous traitée

« Avoir mal c'est embêtant mais c'est pas bien grave »

Les répercussions de la douleur, insidieuses et en cascade, sont sous-estimées : apparition ou accélération d'une perte d'autonomie, repli sur soi, anxiété, dépression, anorexie, dénutrition, troubles du sommeil, confusion mentale...

« J'ai peur de devenir dépendant si je prends trop d'antidouleur »

La personne minimise sa douleur

« Quand la douleur disparaît, je ne sais plus où j'en suis »

La personne se rationne en antalgiques, alors qu'il vaut mieux prévenir que guérir en prenant des antalgiques de façon régulière

« J'ai peur que mon antidouleur devienne inefficace si je le prends longtemps »

La personne se rationne en antalgiques

OBJECTIFS DE LA PRISE EN CHARGE

Chez le patient douloureux

Considérer la douleur comme un symptôme prioritaire

La repérer, l'évaluer, suivre son évolution sous traitement

MESSAGES CLÉS



Exprimer sa douleur



Même si elle paraît de faible intensité ou « normale » du fait de l'âge du patient



Se fixer des objectifs de maintien des activités



grâce au traitement antalgique



Être « expert de sa douleur »



Consigner la nature, la localisation, les horaires et l'intensité de la douleur

Attention: les paresthésies, les dysesthésies ..etc doivent être considérées comme des douleurs (= douleurs neuropathiques)

Noter les gestes et situations qui la déclenchent ou l'aggravent

ET APRÈS ?

Régulièrement

Échanger avec le patient sur:

- sa douleur et la surveiller à l'aide des éléments consignés

Périodiquement

Analyser avec le patient son évolution sous traitement :

Ajuster si besoin les traitements médicamenteux et les mesures non-médicamenteuses

NB : La fiche « suivi patient » de la mallette MOBILQUAL peut être utilisée pour consigner et suivre l'intensité de la douleur via une échelle d'autoévaluation : Echelle Numérique Simple (ENS) et Evaluation Verbale Simple (EVS)

Relecture de la fiche par le Dr Micheline Michel