

# La Douleur



*La douleur n'est pas une fatalité.*

*La douleur se prévient.*

*La douleur se traite.*

*Traiter votre douleur c'est possible.*

**Le Centre Hospitalier de Condom, les équipes soignantes s'engagent à prendre en charge votre douleur et à vous donner toutes les informations utiles.**

### **La douleur n'est pas une fatalité.**

Supporter la douleur ne permet pas de mieux lui résister. Les douleurs altèrent le confort et la qualité de vie. Elles diminuent votre énergie et retentissent sur votre vie quotidienne.



#### **PRISE EN CHARGE GLOBALE DU PATIENT**

### **On peut la prévenir.**

La prise en charge de la douleur doit être une préoccupation quotidienne des équipes soignantes. Après une intervention chirurgicale, pendant un examen douloureux, avant une situation qui peut entraîner une douleur (transport, séance de rééducation), vous devez être prévenu qu'une douleur peut survenir.



### **On peut la traiter.**

Traiter la douleur, cela peut prendre du temps. C'est contribuer à retrouver le bien-être, l'appétit, le sommeil, l'autonomie et se retrouver avec les autres.

### **Avoir mal, ce n'est pas normal**

La douleur n'existe pas sans raison, ne la laissez pas s'installer. N'hésitez pas à en parler, votre médecin en cherchera les causes. Il n'y a pas une mais des douleurs qui se distinguent par leur origine, leur durée, leur intensité... La souffrance morale augmente les douleurs. Parlez-en à l'équipe soignante. Tout le monde ne réagit pas de la même façon à la douleur.

### **Parlons-en ensemble**

Traiter votre douleur, c'est possible si vous en parlez.

Aidez l'équipe soignante qui vous prend en charge à traiter votre douleur.

Nous ne pouvons rien faire sans votre concours.

L'entourage peut aider à la prise en charge de la douleur.



## Traiter la douleur c'est possible

Nous mettons en œuvre tous les moyens à notre disposition pour la soulager, même **si nous ne pouvons pas garantir l'absence totale de douleur.**



### Les Médicaments :

Les antalgiques sont des médicaments qui soulagent.

Il existe plusieurs types d'antalgiques (paracétamol, aspirine). La morphine et ses dérivés sont les plus puissants d'entre eux.

Un traitement par la morphine pourra toujours être interrompu si la cause de vos douleurs disparaît, et vous ne courez aucun risque de devenir dépendant vis-à-vis de la morphine.

D'autres médicaments (antimigraineux, anti-inflammatoires) peuvent aussi vous aider. Certains médicaments ont été conçus pour traiter les dépressions ou les épilepsies. Ils se sont révélés par la suite capables de soulager certaines douleurs, mais leur nom leur est resté. Ne soyez pas étonné si un antidépresseur ou un antiépileptique (également appelé "anticonvulsivant") vous était prescrit. Dans votre cas, ce sont les actions antalgiques de ce médicament qui sont utilisées.

Les médicaments sont proposés en fonction de la nature et de l'intensité des douleurs. Ils les soulagent, **même s'ils ne les suppriment pas toujours totalement.** Votre médecin vous prescrira un traitement adapté. Celui-ci sera ajusté en fonction de l'évaluation régulière de vos douleurs.

### Les autres moyens :

D'autres moyens peuvent être employés pour réduire les douleurs, améliorer votre confort et votre bien-être : la relaxation, le calme, le repos, les massages, des applications de poches de glace ou d'eau chaude, la stimulation électrique, comme les médicaments, ils seront adaptés à votre cas.

### Votre participation est essentielle :

Tout le monde ne réagit pas de la même façon à la douleur. Vous seul pouvez décrire votre douleur : personne ne peut et ne doit se mettre à votre place. Plus vous nous donnerez d'informations sur votre douleur et mieux nous vous aiderons. Ne craignez pas de nous interroger.

## Centre anti douleur- Midi Pyrénées

### TOULOUSE

◆ C.H.U. DE TOULOUSE RANGUEIL,  
Service de Neurochirurgie,  
1 avenue Jean Poulhès,  
31403 TOULOUSE CEDEX 4,  
Tél. 05 61 32 29 42

◆ CHU Toulouse Hôpital du Parc  
2, rue Viguerie TSA 80035  
31059 TOULOUSE Cedex 9  
Tél. 05.34.55.86.61

◆ POLYCLINIQUE DU PARC,  
Consultation anti douleur,  
33 Rue du Bucher,  
31054 TOULOUSE,  
Tél. 05 61 36 66 66

◆ Clinique du Parc  
4, rue Mespoul  
31078 TOULOUSE Cedex  
Tél. 05.61.36.65.99

◆ CHR Toulouse  
Hôpital Rangueil-Larrey  
31403 TOULOUSE Cedex 9  
Tél. 05.61.32.26.35

### RAMONVILLE SAINT AGNE

CENTRE PAUL DOTTIN ASEI,  
26 bd Tolosane,  
31520 RAMONVILLE ST AGNE,  
Tél. 05 61 75 39 14

### ALBI

CLINIQUE CLAUDE BERNARD,  
Consultation anti douleur,  
1 Rue Père Colombier, 81000 ALBI,  
Tél.05 63 77 78 00

### MILLAU

CHIC Sud Aveyron  
12101 MILLAU/12402 St AFRIQUE

### TARBES

Reseau ARCADE  
24, place Marché Brauhauban  
65000 TARBES

### MONTAUBAN

CH Montauban  
100, rue Léon Cladel  
82013 MONTAUBAN  
Tél. 05.63.92.81.65

## Centre anti douleur- Aquitaine

### VILLENEUVE – SUR - LOT

CH Villeneuve-sur-Lot  
2 bd Saint-Cyr  
47307 VILLENEUVE-SUR-LOT  
Tél. 05.53.40.53.40

### BORDEAUX

◆ CHU HOP PELLEGRIN TRIPODE,  
Clinique Universitaire de Neurochirurgie,  
1 place Amélie Raba Léon,  
33000 BORDEAUX CEDEX,  
Tél. 05.56.79.55.18

Tél. 05.56.79.56.46

◆ INSTITUT BERGONIE,  
Centre anti-douleurs,  
180 rue St Gènes,  
33076 BORDEAUX,  
Tél. 05 56 33 33 33

### MONT DE MARSAN

HÔPITAL LAYNE,  
Service de soins palliatifs,  
Avenue Pierre de Coubertin,  
40024 MONT DE MARSAN CEDEX,  
Tél. 05 58 05 10 10

### BAYONNE

CH DE LA COTE BASQUE,  
Service de Neurochirurgie,  
14 avenue Jacques Loeb,  
64109 BAYONNE,  
Tél. 05 59 44 35 44

### PAU

Centre Hospitalier de Pau,  
4 bd Hauterive,  
64046 PAU CEDEX,  
Tél. 05 59 72 77 72

### PERIGUEUX

CH Périgueux  
80 av Georges Pompidou  
24019 PERIGUEUX Cedex  
Tél. 05.53.45.25.25

### BERGERAC

CH Bergerac  
9 avenue Calmette  
24108 BERGERAC Cedex

### LIBOURNE

CH Libourne  
112, rue de la Marne  
33505 LIBOURNE Cedex  
Tél. 05.57.55.34.34

### DAX

CH Dax  
Bd Yves du Manoir  
40107 DAX Cedex  
Tél. 05.58.91.48.48