

# PRISE EN CHARGE DE LA DOULEUR

PRÉVENIR ET SOULAGER VOTRE DOULEUR LE MIEUX POSSIBLE EST UN ENGAGEMENT DE L'ENSEMBLE DU PERSONNEL DE L'INSTITUT MUTUALISTE MONTSOURIS.

Les équipes médicales et soignantes portent une grande attention à l'évaluation et au traitement de la douleur. L'IMM est doté d'une équipe spécialisée dans la prise en charge de la douleur qui participe à la mise en œuvre des traitements et peut assurer un suivi individuel à la demande des équipes.

**Le traitement de votre douleur dépend aussi de vous. Parlez-en.**

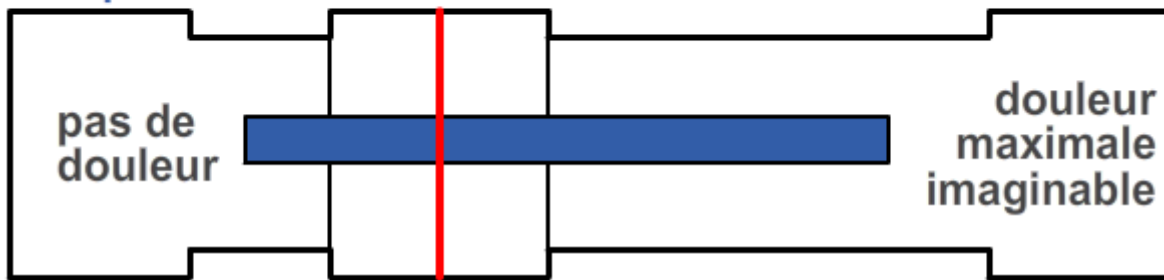
## La prise en charge de votre douleur lors de votre hospitalisation

Une information vous sera donnée lors de votre consultation d'anesthésie ainsi que toutes les explications sur les techniques d'analgésie et les traitements utilisés dans la prise en charge de votre douleur post opératoire.

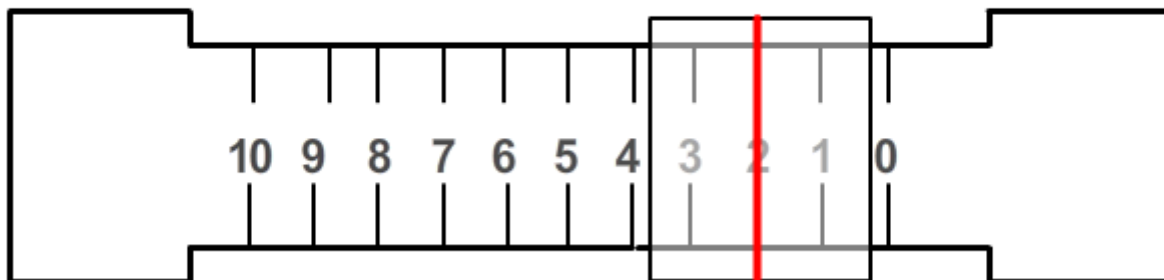
Des protocoles d'analgésie existent pour soulager la douleur liée à l'intervention ou aux soins. L'évaluation de l'intensité de votre douleur vous sera demandée plusieurs fois par jour. Il suffit de donner une « note » à votre douleur entre 0 et 10 (zéro signifiant que vous n'avez pas mal du tout et 10, représentant la douleur la plus importante que vous puissiez imaginer). Cette évaluation permettra d'adapter votre traitement.

## EVA : ECHELLE VISUELLE ANALOGIQUE

Face patient



Face de mesure



Il est indispensable pour vous d'être acteur dans votre prise en charge, bien communiquer votre niveau de douleur afin de la soulager le plus rapidement possible, et ne pas la laisser s'installer.

Une infirmière ressource douleur participe à l'adaptation des traitements et peut assurer un suivi individuel à la demande des équipes.

Des techniques de relaxation, d'hypnose, accompagnement par la musique ou par la réalité virtuelle peuvent vous être proposées.

# Les consultations de prise en charge de la douleur chronique

Vous présentez des douleurs depuis au moins 3 mois, vous pouvez prendre un rendez-vous en consultation d'évaluations et de traitement de la douleur afin de bénéficier d'un suivi spécialisé. Si vous n'êtes pas suivi à l'IMM, veuillez demander un courrier à votre médecin traitant.

En post opératoire, la douleur peut parfois persister à distance de votre intervention.

Une consultation auprès de médecins anesthésistes spécialisés dans la douleur (Dr Anne-Elisabeth Bossard / Dr Clarisse Berroeta) a été mise en place. Vous pouvez prendre un rendez-vous à la plateforme téléphonique (01 56 61 60 12)

## **CONSULTATIONS**

Prise de rendez-vous : 01 56 61 60 12

Jours de rendez-vous : Mardi/ vendredi

Lettre de votre médecin traitant

# Le comité de lutte contre la douleur (CLUD)

L'IMM est doté d'un Comité de Lutte contre la Douleur (CLUD). Composé de médecins et de soignants des différents départements, il se réunit de façon régulière pour organiser et améliorer votre prise en charge dans l'établissement. Le Dr Anne-Elisabeth Bossard anesthésiste réanimateur, est présidente du CLUD.

## LA PALETTE DE LA DOULEUR À L'IMM

### Antalgiques niveau 1 et 2:

Paracétamol, Anti inflammatoires, Nefopam  
Tramadol, Codéine, Izalgi

### Antalgiques niveau 3 :

Morphiniques

### Analgesie Loco Régionale :

Périnerveuse  
Péridurale  
INFILTRATION

### Kinésithérapie / Massage

### Douleur neuropathique:

Anti épileptiques  
Antidépresseurs  
Anesthésiques locaux, QUTENZA

### Prévention des soins douloureux

Patch de Xylocaïne, antalgiques  
Kalinox (gaz)...

Techniques relationnelles: Hypnose, Relaxation...

### Arrière plan de la tête

