

Ce dépliant traite de la douleur induite qui est une problématique sous-estimée dans les soins ambulatoires et hospitaliers. Il s'agit d'une douleur, souvent de courte durée, causée par un soignant ou une thérapeutique, dont la survenue est prévisible et susceptible d'être prévenue par des mesures adaptées.

Anticiper le geste douloureux

Il revient aux équipes de soins de se coordonner afin d'identifier les gestes douloureux et de les anticiper: soins d'hygiène, mobilisation / physiothérapie, pose de voie veineuse, de sonde urinaire ou de drain, mobilisation de cathéters, thérapie respiratoire, révision de plaies (débridement) et réfection de pansements, ponctions, biopsies, examens endoscopiques, imagerie et radiologie interventionnelle, etc.

Tenir compte de l'anxiété du patient ou de la patiente (évaluer les craintes et les représentations du geste) ainsi que de sa fatigue.

Avant le geste

S'assurer que l'antalgique prescrit a été administré avant le geste, ni trop tôt, ni trop tard.

- ▶ En cas de douleur « de fond », évaluer l'efficacité du traitement en cours.
- ▶ Vérifier que la ou le patient a compris ce qui va être fait et dans quel but.
- ▶ Décrire la durée et les étapes du geste afin de renforcer la collaboration du patient ou de la patiente.
- ▶ S'assurer de l'installation confortable de la ou du patient.

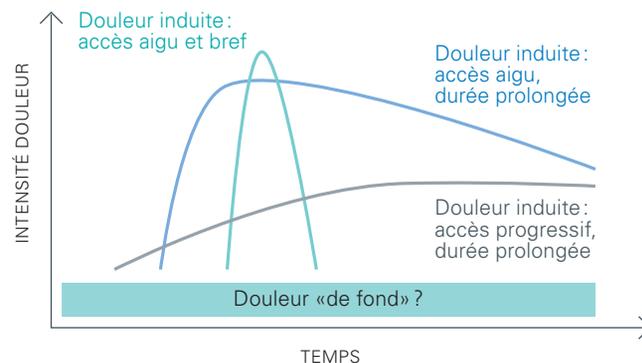
Pendant le geste

- ▶ Être calme, agir sans précipitation.
- ▶ Parler au patient ou à la patiente: « Comment vous sentez-vous? », « Dites-moi quand vous êtes prêt », etc.
- ▶ Renforcer l'écoute et l'observation afin d'évaluer l'antalgie.
- ▶ Tenir compte des suggestions de la ou du patient (demande de pause, changement de position).
- ▶ Oser s'arrêter!

Pendant le geste, la diversion (parler à la personne, la toucher, etc.) constitue un moyen additionnel très utile. Des approches telles que la relaxation, la sophrologie ou l'hypnose peuvent être proposées.

Après le geste

- ▶ Évaluer la douleur et l'inconfort liés au geste.
- ▶ Adapter l'antalgie (voir document Prise en charge de la douleur aiguë nociceptive sur www.hug.ch/reseau-douleur).
- ▶ Si nécessaire, revoir avec le patient ou la patiente et les collègues la prescription d'antalgique avant tout nouveau geste douloureux.
- ▶ Documenter dans le dossier patient ou la patiente pour assurer la continuité des soins.



Le choix du traitement dépend de la durée du geste, de l'intensité de la douleur attendue, de la présence éventuelle d'une douleur « de fond » ainsi que des antalgiques / anxiolytiques déjà prescrits.

Plus d'information sur www.hug.ch/reseau-douleur

LE BON ANTALGIQUE AU BON MOMENT

Adultes



