

Vous pouvez contacter l'équipe algologique au
071/ 265 728 (Mme Moussiaux)
071/265 198 (Mme Docquier)

Adresses utiles

Centre de Référence Multidisciplinaire de la Douleur Chronique (CRMDC) – CHU de Mont-Godinne

☎ 081/423 681 – 081/423 596

Clinique de la douleur - Grand Hôpital de Charleroi (GHdC) – Site Sainte-Thérèse

☎ 071/109 620

Clinique de la douleur - CHU de Charleroi

☎ 071/922 231

Centre Multidisciplinaire de Douleur Chronique – Clinique et Maternité Sainte-Elisabeth Namur

☎ 081/720581

Focus Fibromyalgie Belgique Asbl – Ligue Belge Francophone des Patients Fibromyalgiques

☎ 060/378858

Groupe de parole "Mots pour Maux" FPS du Centre et de Soignies

☎ 071/507820

Amptraide Asbl

☎ 0477/174514

Votre médecin reste votre meilleur conseiller

APP CHR Sambre et Meuse, site Sambre
Centre Hospitalier Régional du Val de Sambre
Rue Chère-Voie, 75
5060 SAMBREVILLE
☎ 071/ 265 211
www.chrvs.be

chr 
Sambre & Meuse



La douleur n'est pas une fatalité

Brochure informative
pour le patient et sa famille

"La douleur est une expérience **sensorielle** et **émotionnelle** désagréable, associée à un **dommage tissulaire** réel ou potentiel, ou décrite en termes d'un tel dommage".

(Source : IASP – International Association for the Study of Pain)

Les trois dimensions de la douleur

Physiologique :

On parle de douleur par excès de nociception (le terme nociception venant du latin *nocere* nuire et *capere* recevoir).

La douleur aiguë est une fonction sensorielle (comme la vision, l'audition, le goût, l'odorat et le toucher) qui permet de percevoir ce qui est nocif.

Emotionnelle :

À quel point la douleur est-elle désagréable, supportable ? Les conditions modifient la sensation de douleur.

Cognitive :

Signification et interprétation : le ressenti de la douleur dépend de l'environnement, de la culture et de la société.

Les catégories de douleurs

Aiguë :

Après une atteinte des tissus, les récepteurs périphériques des neurones sensoriels (ou nocicepteurs) émettent une information douloureuse qui est transmise à la moelle épinière puis au système nerveux central (= le cerveau).

Durée: < 3-6 mois

Chronique :

Inflammatoire, neuropathique (périphérique ou centrale), idiopathique.

Durée: > 3-6 mois

Contrat d'engagement

Vous avez peur d'avoir mal, vous avez mal...

Nous nous engageons à **prendre en charge** votre douleur.

Votre participation est **essentielle**, nous sommes là pour vous **écouter**, vous **soutenir**, vous **aider**.

Comment ?

Prévenir les douleurs provoquées par certains soins ou examens : piqûres, pansements, pose de sondes, de perfusions, retrait de drain... ou les douleurs liées à un geste quotidien: toilette, déplacement...

Traiter ou **soulager** les douleurs aiguës, les douleurs post-chirurgicales, les douleurs chroniques (mal de dos, migraine...) ainsi que les douleurs liées au cancer.

Évaluer, pour nous aider à mieux adapter votre traitement, vous pouvez nous indiquer "combien" vous avez mal en donnant à votre douleur une valeur de 0 à 10 ou en vous aidant de l'échelle qui vous sera présentée.

Exemples :



Nous allons vous aider à ne plus avoir mal ou à avoir moins mal

Le médecin prescrira les médicaments les mieux adaptés et il existe d'autres méthodes qui peuvent s'ajouter : la relaxation, les massages, la physiothérapie, le soutien psychologique...