

Droit de ne pas souffrir inutilement

2 lois fondamentales :
les loi du 2 janvier 2002 et du 4 mars 2002

Le droit de ne pas souffrir inutilement est un des droits fondamentaux en matière de santé. Ainsi, tout patient a le droit de demander à ce que sa douleur soit prise en compte, traitée et soulagée.

Selon le Code de Santé Publique, il appartient à chaque établissement de « promouvoir et de mettre en place l'organisation nécessaire pour répondre aux besoins des personnes quant à la prise en charge de leur douleur ».

Certains établissements décident de mettre en place un **Comité de LUTte contre la Douleur (CLUD)**.

Le CLUD a pour objectif :

- » de mieux organiser la prise en charge de la douleur en coordonnant les actions de soins
- » d'aider au développement de la formation continue du personnel médical et paramédical
- » de susciter l'amélioration de la qualité par le traitement et l'évaluation de la douleur

Les représentants des usagers peuvent faire partis de ce comité et porter la voix des usagers.

Si votre établissement ne dispose pas de CLUD, c'est en commission des usagers (CDU) que les représentants des usagers peuvent agir pour une meilleure prise en charge de la douleur.

Plus d'information sur
les droits des usagers
et les représentants
des usagers:

www.france-assos-sante.org



Santé Info Droits

Les écoutants spécialistes de notre ligne d'information juridique et sociale vous informent et vous orientent gratuitement par rapport à toute question en lien avec une problématique de santé : droits des malades, accès aux soins et à leur prise en charge, dispositifs de protection en cas d'arrêt de travail ou d'invalidité, assurance emprunteur, questions liées au handicap ou à la dépendance...

France Assos Santé Auvergne-Rhône-Alpes
129 rue de Créqui - 69006 Lyon
auvergne-rhone-alpes@france-assos-sante.org
04 78 62 24 53

Vous pouvez nous joindre du lundi au jeudi
de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30
et le vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h

www.france-assos-sante.org/auvergne-rhone-alpes

“ La voix des usagers
de la santé en
Auvergne-Rhône-Alpes ”

© France Assos Santé Auvergne-Rhône-Alpes / Ne pas jeter sur la voie publique

La lutte contre la douleur



France
ASSOS
Santé

La voix des usagers

Auvergne Rhône-Alpes

Qu'est ce que la douleur ?

« La douleur est une expérience sensorielle et émotionnelle désagréable associée à une lésion tissulaire réelle ou potentielle ou décrite dans ces termes. »

Association internationale pour l'étude de la douleur

Il existe plusieurs types de douleur :

» **La douleur aiguë** : elle a valeur de signal d'alarme, de symptôme aidant au diagnostic. Généralement, elle décroît lorsqu'un traitement de sa cause est institué.

» **La douleur chronique** : une douleur chronique est une douleur qui évolue depuis 3 à 6 mois. Elle est soit permanente, soit intermittente.



Comment évaluer la douleur ?

Aucun examen paramédical ne permet d'objectiver et quantifier la douleur. Il faut donc évaluer son intensité.

De nombreuses méthodes existent dont :

» **Echelle numérique** : la personne attribue une note de 0 à 10 pour décrire l'intensité de sa douleur.

» **Echelle visuelle analogique (EVA)** : la personne positionne un curseur en un point entre « pas de douleur » et « douleur extrême ». Au verso, le soignant lit le chiffre correspondant à la position sur une échelle de 0 à 10.

» **Echelle verbale simple** : la personne malade décrit l'intensité de sa douleur à l'aide de mots simples : pas de douleur, faible, modérée, intense.

Qui prend en charge la douleur ?

Personne d'autre n'est mieux placé que le patient pour décrire ce qu'il ressent.

Vous devez expliquer à votre médecin **quand et où** survient la douleur.

Qui prend en charge la douleur ?



» **Votre médecin traitant**

» **L'hôpital ou en clinique**

Lors d'une hospitalisation, il est remis au patient un livret d'accueil qui comprend un support appelé contrat d'engagement contre la douleur.

» **Les structures spécialisées douleur chronique (SDC)**

- **Les consultations** assurent la prise en charge médicale pluri-professionnelle.
- **Les centres** qui réalisent une prise en charge médicale pluridisciplinaire avec différentes spécialités (neurologue, psychiatre, orthopédiste etc.). Ils peuvent aussi y avoir des lits d'hospitalisation.

Comment lutter contre la douleur ?

Il existe différentes approches pour lutter contre la douleur.

» **L'approche médicamenteuse**

L'automédication est hautement déconseillée.

Votre médecin peut vous prescrire un traitement contre la douleur en fonction de l'intensité de celle-ci. On distingue **3 palliers de douleur**.

- Le premier pallier : les antalgiques non opiacés (paracétamol, aspirine etc.).
- Le deuxième pallier : les antalgiques opioïdes faibles (codéine, tramadol etc.).
- Le troisième pallier : les antalgiques opioïdes forts (morphine, fantanyl etc.).

» **Les approches alternatives**

- Traitements physiques : massages, kinésithérapie, physiothérapie, balnéothérapie, contention, éducation posturale et gestuelle etc.
- Les méthodes psychocorporelles ou comportementales : elles permettent de diminuer l'anxiété et le stress, ce qui a pour effet de minorer la perception de la douleur (exemple : la RESC Résonance Énergétique par Stimulation Cutanée)
- Méthodes thérapeutiques : acupuncture, ostéopathie, homéopathie, mésothérapie, etc.