

Douleurs liées aux soins

PUBLIÉ LE 08/02/2024

Les soins sont la 2e cause de douleur après la maladie elle-même.

On distingue trois types de douleurs liées au soin :

- **Douleur provoquée** : douleur de courte durée intentionnellement provoquée par le soignant dans le but d'apporter des informations utiles à la prise en charge de la douleur, elle peut par exemple servir à localiser l'endroit douloureux pour le patient, par application d'une légère pression sur la région concernée par la douleur jusqu'à trouver sa localisation précise.
- **Douleur induite** : douleur de courte durée causée par le médecin ou une thérapeutique. Ces douleurs sont prévisibles et peuvent être prévenues. On parle par exemple de douleur induite dans le cas d'une injection de vaccin : la douleur peut être évitée par la pose d'un patch anesthésiant sur la zone concernée avant l'injection.
- **Douleur iatrogène** : douleur provoquée par le soignant ou son traitement de façon non intentionnelle et sur laquelle les éventuelles mesures de prévention n'ont pas eu (suffisamment) d'effet. Cela peut être le cas des douleurs neuropathiques liées à certains traitements médicamenteux.

Comment soulager les douleurs liées aux soins ?

Pour les prévenir et les soulager, plusieurs types de prises charge peuvent être proposés.

Prise en charge non médicamenteuse

Certaines méthodes non médicamenteuses peuvent soulager les douleurs liées aux soins, telles que :

- L'application du froid ;
- La distraction ou le détournement de l'attention ;
- Le toucher-massage ;
- La neurostimulation transcutanée, une technique qui diminue la transmission du message nerveux douloureux ;
etc.

Prise en charge médicamenteuse

Tout d'abord, en amont d'un geste qu'il sait susceptible de provoquer des douleurs, le professionnel de santé peut administrer un anesthésique local ou général et/ou un gaz à effet antalgique: le MEOPA.
Des traitements médicamenteux antalgiques peuvent également être proposés si nécessaire. Pour les **douleurs dites nociceptives** (c'est-à-dire provoqués par des lésions des tissus), des médicaments antidouleur peuvent être prescrits. Il s'agit notamment de paracétamol ou d'anti-inflammatoires non stéroïdiens pour les douleurs légères à modérées.

Pour les **douleurs neuropathiques** (provoquées par la lésion ou la compression d'un nerf), d'autres traitements tels que les antiépileptiques ou antidépresseurs sont parfois utilisés.