INFORMATIONS POUR LES PATIENTS

Introduction

Dans ce service, la douleur est répertoriée. Nous faisons cela afin d'obtenir une meilleure idée de l'ampleur de la douleur que les patients ressentent. Ces informations nous aident à faire correspondre au mieux possible les soins palliatifs à la douleur de chaque patient.
Dans ce service, nous demandons trois fois par jour aux patients d'attribuer une note au degré de douleur qu'ils ressentent. Nous utilisons à cet effet une méthode où le patient donne une note à la douleur. Le patient est en effet la seule personne qui peut dire s'il ressent de la douleur et dans quelle mesure cette douleur est forte. Parce qu'il est difficile d'indiquer dans quelle mesure la douleur est ressentie, le fait de donner une note peut donc aider.
Vous lirez dans ce dépliant comment donner une note à la douleur.

La note de la douleur

Lorsque l'infirmière vient vous voir, vous indiquez une note pour votre douleur (éventuelle) entre 0 et 10. 0 signifie 'aucune douleur' et 10 la douleur la pire que vous puissiez vous imaginer.

Aucune douleur	**0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10**	**Pire douleur imaginable**

Vous ne pouvez jamais donner une mauvaise note car il s'agit en effet de la douleur que vous ressentez. Si vous pensez par exemple que votre douleur est un 5, donnez alors un 5, même si vous pensez qu'une autre personne donnerait peut-être un 3 ou un 7 pour cette même douleur.
Si vous ne ressentez aucune douleur, indiquez-le alors avec un 0. Si vous ressentez peu de douleur, vous pouvez par exemple donner une note entre 1 et 4. Si vous ressentez beaucoup de douleur, donnez une note entre 7 et 10.

Conseil 1 : Lorsque vous donnez une note à votre douleur, vous pouvez repenser à la douleur que vous avez ressentie plus tôt de sorte à pouvoir comparer cette dernière avec votre douleur actuelle.
Tip 2 : Si vous ressentez de la douleur à plusieurs endroits, prenez alors en compte la douleur la plus forte que vous ressentez.
Tip 3 : Si vous avez mal uniquement à des moments spécifiques, par exemple lorsque vous urinez, indiquez alors la note pour la douleur à ce moment précis. N'oubliez cependant pas de dire à l'infirmière que la note s'applique uniquement à ce moment précis.

Questions

Vous pouvez bien entendu discuter de votre douleur à tout moment avec le médecin ou l'infirmière et vous n'avez pas besoin d'attendre qu'une infirmière vous demande de donner votre note de la douleur. Si vous avez encore des questions concernant la notation de la douleur, n'hésitez surtout pas à les poser franchement.