



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

DOULEUR CHRONIQUE :

MYTHES & RÉALITÉS !



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : La gestion de la douleur par médicaments est standard pour tous les individus.

RÉALITÉ : Chaque individu réagit différemment. La gestion de la douleur et son traitement diffèrent d'un individu à l'autre.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Les patients utilisant des opioïdes pour contrôler la douleur développent une dépendance.

RÉALITÉ : La tolérance et la dépendance aux opioïdes sont rares lorsque ces médicaments sont prescrits sur une courte période.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Les médicaments contre la douleur doivent être prescrits seulement lorsque la douleur survient.

RÉALITÉ : Il est plus facile de gérer la douleur lorsque les médicaments sont pris en continu plutôt qu'au besoin.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Une douleur non contrôlée est un élément inévitable au développement de nombreuses maladies graves comme le cancer.

RÉALITÉ : La douleur ne fait pas partie inévitablement de maladies sérieuses elle peut être contrôlée par la médication et d'autres thérapies.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Endurer la douleur développe la force et le caractère.

RÉALITÉ : La douleur qui n'est pas traitée a pour effet de diminuer le système immunitaire. La douleur doit être traitée rapidement.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Les médecins doivent choisir entre traiter la maladie ou plutôt traiter la douleur.

RÉALITÉ : C'est faux. La douleur doit être traitée rapidement afin que le corps se concentre à combattre la maladie.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Lorsqu'il y a augmentation de la douleur, c'est que la maladie s'aggrave.

RÉALITÉ : Il est vrai que la douleur peut être un signe de la présence d'une maladie. Mais il est aussi vrai que la douleur part et revient sans raison.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Le but de la gestion de la douleur chronique est de maintenir les doses de médicaments au plus bas.

RÉALITÉ : Le véritable but est de donner à la personne souffrant de douleur chronique un confort et une meilleure qualité de vie.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : À cause du risque de dépendance, les opioïdes doivent être prescrits uniquement aux patients en phase terminale.

RÉALITÉ : La notion de dépendance aux opioïdes est exagérée. Il faut faire une distinction entre une dépendance physique et psychologique.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Demander aux patients d'évaluer la douleur sur une échelle de 0 à 10 est inadéquat.

RÉALITÉ : Cette évaluation de la douleur par le patient permet de définir la sévérité de la douleur pour mieux la gérer.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Les personnes souffrant de douleur chronique vont demander de la médication seulement lorsqu'elles en ont besoin.

RÉALITÉ : Plusieurs personnes souffrant de douleur chronique ne demandent pas de médicament et celles qui le font, elles ne le font pas assez tôt pour obtenir un contrôle rapide et adéquat.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Se plaindre de douleur peut détourner le médecin du traitement de la maladie.

RÉALITÉ : Le traitement de la douleur est tout aussi important que le traitement de la maladie. Il faut en parler à votre médecin.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Attendre le plus longtemps possible avant de prendre un médicament pour augmenter la tolérance à la douleur.

RÉALITÉ : Attendre trop longtemps avant de traiter la douleur peut réduire votre mobilité, diminuer votre appétit, nuire à votre sommeil et finalement vous être très nuisible.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : L'injection d'un analgésique est plus efficace que les comprimés.

RÉALITÉ : L'injection d'un analgésique agit plus rapidement que le comprimé. Lorsque pris avec précaution, le comprimé peut soulager tout aussi efficacement que l'injection.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Le patient ne sait pas évaluer sa douleur.

RÉALITÉ : Le patient est la meilleure personne pour évaluer sa douleur.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Les enfants et les personnes âgées ressentent moins la douleur.

RÉALITÉ : Il a été démontré que les enfants, même les petits prématurés ressentent la douleur. Il en est de même pour les personnes âgées.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Beaucoup de patients somatisent.

RÉALITÉ : La somatisation est rarement observée
chez les patients.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Il existe une façon de soulager la douleur qui convient à tous les patients.

RÉALITÉ : Chaque personne est différente, et il n'y a pas de traitements qui conviennent à tous.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Les opiacés sont des médicaments de dernier recours.

RÉALITÉ : Les opiacés sont utilisés pour les patients souffrant de douleur chronique, et la plupart des plans de traitement les inclus en 2^e ou 3^e lignes de traitement.



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE
DE LA DOULEUR CHRONIQUE

Nous sommes là pour vous!

MYTHE : Personne ne comprend ce que je vis.

RÉALITÉ : L'Association québécoise de la douleur chronique est là pour vous.