

Prise en charge de la douleur

Parlez de votre douleur

Votre douleur est importante.

Vous avez le droit de recevoir des soins pour la soulager.

La douleur, c'est quoi ?

- La douleur est une sensation désagréable dans votre corps.
- Elle peut durer peu de temps ou longtemps.
- Elle peut être difficile à expliquer.
- Même sans les mots, votre douleur doit être prise en compte.



Dites-nous comment vous avez mal

- Montrez où vous avez mal.
- Dites depuis quand vous avez mal.
- Dites si la douleur revient ou change.

Tous les moyens sont utiles

Vous pouvez utiliser des mots, des chiffres ou des images.

L'équipe vous aide

L'équipe évalue votre douleur

- L'équipe vous écoute.
- L'équipe vous pose des questions.
- Elle peut utiliser une échelle ou des images.
- Si vous ne parlez pas, elle observe votre visage et vos gestes.



Des soins adaptés pour vous

Le médecin et l'équipe choisissent les soins avec vous.
Vous pouvez recevoir un médicament contre la douleur.

D'autres moyens peuvent aider

- Une position plus confortable.
- Du chaud ou du froid.
- De la relaxation.
- Un massage adapté.

Si la douleur continue

Parlez encore à l'équipe

Dites si vous avez toujours mal.

Dites si la douleur revient.

Dites si un médicament vous gêne.

Important

Ne changez pas seul votre traitement.

Parlez-en à un professionnel de santé.

Vous avez le droit

- D'être écouté quand vous avez mal.
- De recevoir des soins adaptés.
- De participer aux choix pour vos soins.
- De voir votre avis respecté.

Les soins doivent vous soulager

Votre douleur doit être prévenue.

Votre douleur doit être évaluée et traitée.

L'équipe vérifie le résultat

Après le soin, l'équipe vous demande si vous avez moins mal.

Elle adapte les soins si cela est nécessaire.

Parlez de votre douleur



Vous avez mal ? Parlez-en

À l'infirmier ou à l'infirmière.

À l'aide-soignant ou à l'aide-soignante.

À votre médecin ou au médecin coordonnateur.

À retenir

La douleur n'est pas une fatalité.

Dites quand vous avez mal pour recevoir de l'aide.