

# GESTION DE LA DOULEUR AIGUË + OPIOÏDES

Directives pour une gestion de la douleur sûre et efficace



Les patients, les parents ou les aidants peuvent être réticents à l'utilisation des médicaments contre la douleur à cause des effets secondaires potentiels, de la dépendance ou du manque de compréhension de leur fonctionnement. Pour traiter la douleur modérée à sévère, des médicaments plus puissants (opioïdes) peuvent être nécessaires.

Les opioïdes (opi-yo-id) peuvent être utiles, mais il existe un risque de dommages accrus en cas de mauvaise utilisation, d'empoisonnement accidentel ou de détournement (utilisation par une autre personne).

Le soulagement de la douleur est important et nous suggérons une combinaison des stratégies suivantes appelée **l'approche des 3 P** :

## Pharmacothérapies

sont des médicaments qui soulagent la douleur. Vous devez suivre scrupuleusement les instructions de votre médecin pour le dosage et la prise de tous les médicaments. Commencez par l'acétaminophène (c'est-à-dire Tylenol®) et les médicaments antiacides non stéroïdiens (AINS tels que Advil® ou Motrin®). N'utilisez les opioïdes qu'en cas de douleur modérée à forte pour une courte période.

## Thérapies physiques

comme un léger effleurement, la chaleur ou le froid, la respiration profonde et l'imagerie sont efficaces. Allaiter, donner une tétine et repositionner l'enfant pour plus de confort peuvent être utilisés pour les petits enfants.

## Thérapies psychologiques

comme la distraction, les bulles, les livres, les cartes, les jeux, l'électronique (c'est-à-dire les films, la musique) et la conversation sont tous de bons outils. L'attention, l'encadrement et la présence des parents peuvent également être utiles.

L'utilisation conjointe de toutes ces stratégies permet de réduire la quantité de médicaments nécessaires et d'atténuer la douleur.

**L'objectif de la gestion de la douleur :** Notre objectif est le confort et la fonction, car il se peut que nous ne puissions pas éliminer complètement la douleur. Il vaut mieux prévenir la douleur que la traiter !

**COMMENT NOUS MESURONS LA DOULEUR :** nous utilisons différentes échelles pour déterminer le niveau de douleur. (FPS-R) révisé des visages de douleur, destiné aux jeunes enfants (de 4 à 12 ans).



