

Prise en charge de la douleur

Dans notre établissement, les équipes soignantes s'engagent à prendre en charge votre douleur et à vous donner toutes les informations utiles.

La douleur n'est pas une fatalité

Supporter la douleur ne permet pas de mieux lui résister. Les douleurs altèrent le confort et la qualité de vie. Elles diminuent votre énergie et retentissent sur votre vie quotidienne.

Guide patient de la douleur > [Téléchargez la plaquette](#)



On peut la prévenir

La prise en charge d'une douleur doit être une préoccupation quotidienne des équipes soignantes. Après une intervention chirurgicale, pendant un examen douloureux, avant une situation qui peut entraîner une douleur (transport, séance de rééducation,...), vous devez être prévenu qu'une douleur peut survenir.

Plaquette douleur post-opératoire > [Téléchargez la plaquette](#)



Guide peridurale obstétrique > [Téléchargez la plaquette](#)



Guide analgesie loco-regionale > [Téléchargez la plaquette](#)

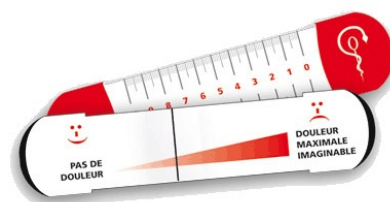


On peut en parler

Tous le monde ne réagit pas de la même façon à la douleur. La souffrance morale augmente les douleurs. Parlez-en à l'équipe soignante. Nous ne pouvons rien faire sans votre concours. Aidez l'équipe soignante qui vous prend en charge à traiter votre douleur. Pour un enfant ou un membre de votre famille, l'entourage peut aider à la prise en charge de la douleur.

On peut l'évaluer

Pour nous aider à mieux adapter votre traitement, vous pouvez nous indiquer "combien" vous avez mal en notant votre douleur de 0 à 10 ou en vous aidant d'une règlette.



D'autres outils d'évaluation peuvent être utilisés. L'évaluation de votre douleur doit être systématique et régulière, au même titre que la prise de la tension artérielle, du pouls ou de la température. Si vous avez mal, n'hésitez pas à exprimer votre douleur.

On peut la traiter

La douleur n'existe pas sans raison, ne la laissez pas s'installer. N'hésitez pas à en parler, votre médecin en cherchera les causes. Il n'y a pas une mais des douleurs qui se distinguent par leur origine, leur durée, leur intensité.

Traiter la douleur, cela peut prendre du temps. C'est contribuer à retrouver le bien-être, l'appétit, le sommeil, l'autonomie et se retrouver avec les autres.

Téléchargez la plaquette : [La pompe ACP.pdf](#)

La consultation de la douleur chronique

Tél. : 04 68 61 68 90

CENTRE HOSPITALIER —
PERPIGNAN

Centre Hospitalier de Perpignan

20 Avenue du Languedoc

BP 49954

66046 PERPIGNAN cedex 9

Tél. : [04 68 61 66 33](tel:0468616633)