



Dans notre établissement, nous nous engageons à prendre en charge votre douleur, un comité de lutte contre la douleur (CLUD) a été mis en place afin d'améliorer la prise en compte de la douleur au sein des différentes unités de notre établissement.

Les équipes soignantes mettent tout en œuvre pour qu'elle diminue, tout en ne pouvant garantir une absence totale.

Pourquoi j'ai mal ?

La douleur n'existe pas sans raison : c'est un signal d'alarme. Ne la laissez pas s'installer.

La douleur diminue votre énergie, votre confort et votre qualité de vie au quotidien.

Tout le monde ne réagit pas de la même façon à la douleur : Vous êtes le plus à même de décrire les douleurs que vous ressentez : localisation, durée, intensité ...

Votre participation est primordiale : Votre coopération nous permettra de mieux l'évaluer et ainsi d'adapter votre prise en charge.

Votre participation est essentielle

Comment diminuer la douleur ?

Les équipes soignantes vous écoutent, expliquent et préviennent la douleur par des moyens adaptés. Certains soins, actes médicaux ou mêmes gestes quotidiens peuvent provoquer des douleurs, nos professionnels sont formés pour mettre toutes les mesures en place permettant de la prévenir.

Des traitements médicamenteux (antalgiques) peuvent vous être prescrits par le médecin qui vous prend en charge.

D'autres méthodes non médicamenteuses peuvent également vous être proposées afin soulager la douleur : sophrologie, réflexologie, huiles essentielles, relaxation, massages, kinésithérapie, espace snozelen

La douleur : en parler, c'est déjà y remédier !