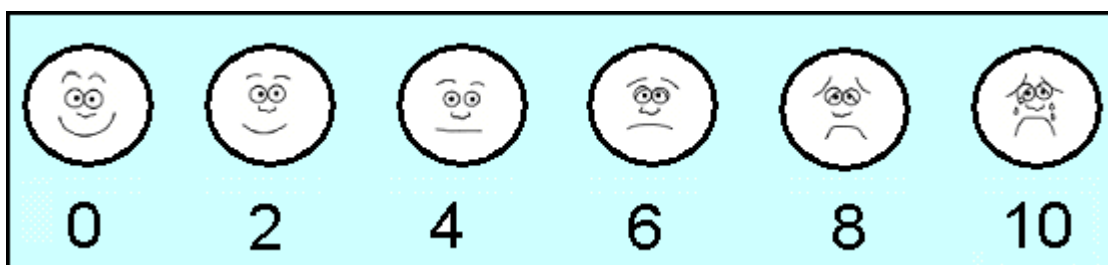


Votre douleur

Bien souvent, les gens ont une douleur à cause d'une intervention chirurgicale ou d'un problème. La douleur est le moyen pour l'organisme de dire qu'il a besoin d'aide en envoyant un message au cerveau. Si votre douleur n'est pas prise en charge, votre guérison prendra plus de temps. Dites-nous ce que vous ressentez et quelle est l'intensité de votre douleur afin que l'on puisse vous soulager. Vous êtes la seule personne pouvant savoir ce que vous ressentez. Nous vous poserons des questions sur votre douleur.

- **Où se situe votre douleur?** Montrez-nous l'endroit sur votre corps où vous avez mal.
- **La douleur est-elle diffuse dans d'autres parties de votre corps?**
- **Quand la douleur a-t-elle commencée?**
- **Dans quelle mesure avez-vous mal?** Montrez un chiffre ou un visage illustrant l'intensité de votre douleur.



- **Comment est votre douleur?** Est-ce que cela vous brûle, vous picote ou vous fait mal ? Est-ce une douleur vague ou aiguë ? Est-elle constante ou est-ce qu'elle apparaît et disparaît ?
- **Est-elle pire à certains moments de la journée?** Le matin ? Le soir ?
- **Qu'est-ce qui apaise votre douleur ? Qu'est-ce qui l'intensifie ?**
 - Qu'avez-vous fait pour essayer de soulager la douleur ?
 - Les médicaments vous soulagent-ils ?
 - Lorsque vous êtes actif/ active ou lorsque vous êtes au repos ?
- **La douleur affecte-t-elle d'autres éléments de votre vie ?** Avez-vous des difficultés à dormir, manger, ou à vous occuper de vous ou des autres ? La douleur vous rend-t-elle énervé(e), vous donne envie de pleurer, ou vous rend moins patient(e) ?

Parlez à votre médecin ou votre infirmière de votre douleur. Faites lui part de vos inquiétudes et posez-lui des questions.

Text adapted from materials produced in 2005 by Health Information Translations (www.healthinfotranslations.com), a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs License <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/>

A **Healthy Roads Media** project
www.healthyroadsmedia.org