



BOITE A OUTILS

CE QUE JE DOIS RETENIR



▶▶ La douleur chez les personnes atteintes de polyarthrite peut avoir plusieurs origines : inflammatoire en cas de poussée, séquellaire s'il existe des érosions mais également dues à l'atteinte des nerfs ou d'origine osseuse (ostéoporose) ;

▶▶ Définir le type de douleur et son origine permet de la prendre en charge plus efficacement (tous les types de douleurs ne sont pas sensibles aux mêmes traitements) ;

▶▶ Il existe des outils, à utiliser seul ou avec votre médecin, pour vous aider à décrire le plus précisément possible le type de douleur qui vous touche ;

▶▶ Il existe des médicaments adaptés à chaque intensité de douleur (d'après la classification de l'OMS) :

- Pour les douleurs légères à modérées, les antalgiques de palier I (paracétamol, aspirine, ibuprofène)

- Pour les douleurs modérées à sévère, les antalgiques de palier II (association paracétamol + codéine ou + dextropropoxyphène)

- Pour les douleurs intenses, antalgiques de palier III (morphine et dérivés)

▶▶ Attention à l'utilisation des antalgiques en automédication, surtout avec les anti-inflammatoires non stéroïdiens (asprine, iburpofène,...) ; ils ont des effets indésirables et des contre-indications qu'il est important de connaître.

▶▶ En cas de douleurs chroniques, les techniques non médicamenteuses ont une place importante et renforcent l'action des médicaments ;

▶▶ Une consultation multidisciplinaire de la douleur peut aider à la prise en charge des personnes atteintes de douleurs chroniques.