

Prévention de la douleur induite par les soins chez l'adulte

OBJECTIFS

La douleur induite est une douleur de courte durée, causée par les soins ou une thérapeutique, dans des circonstances de survenue prévisibles, et susceptibles d'être prévenues par des mesures adaptées.

Tout soin peut être potentiellement douloureux. Il faut :

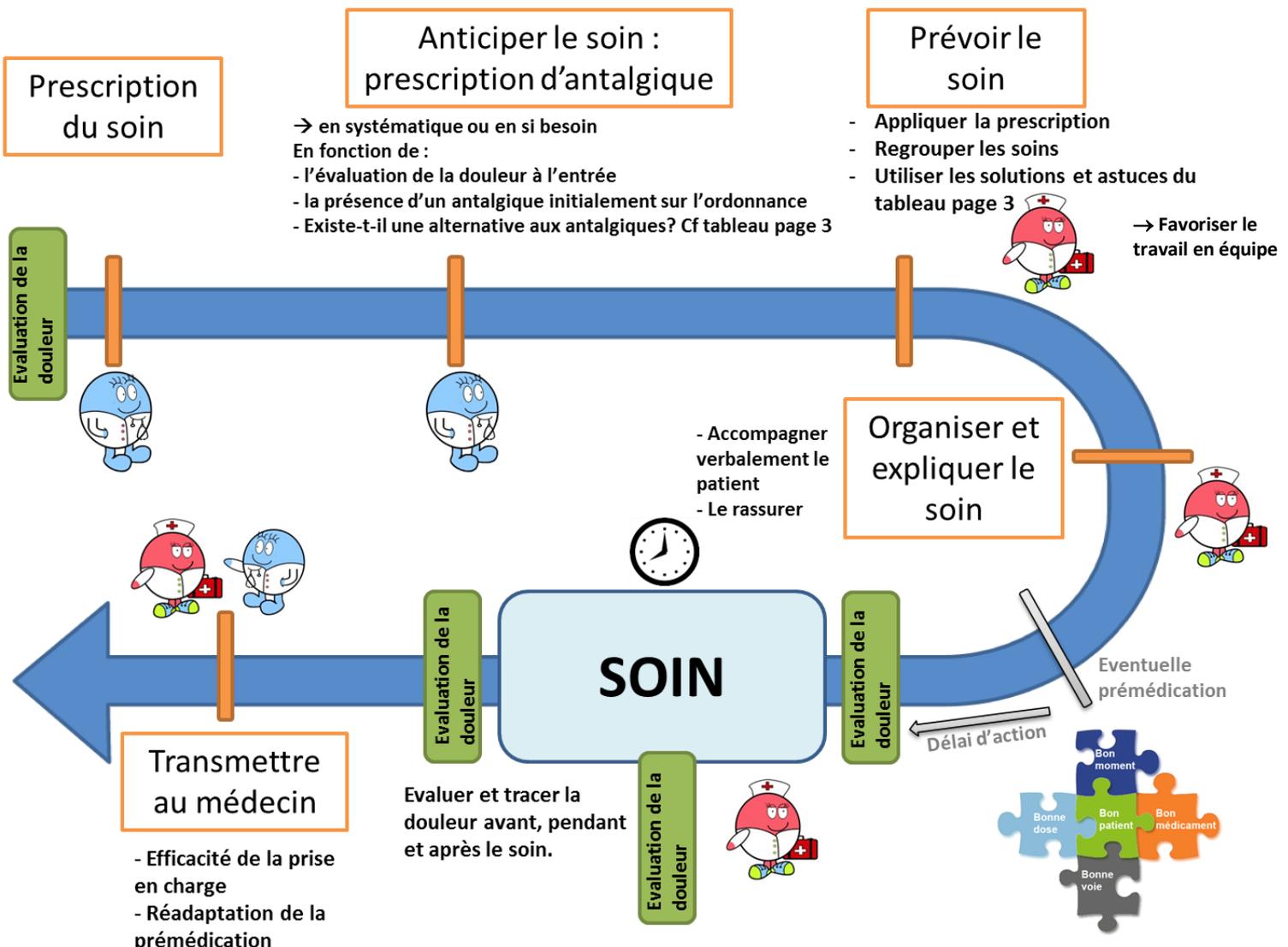
- Anticiper** le soin,
- Organiser** le soin,
- Expliquer** le soin, le traitement au patient et à son entourage,
- Instaurer** une prémédication,
- Respecter** la dose et le délai d'action
- Tracer** le soin et son déroulement.

Évaluation de la douleur de tout soin (avant, pendant et après le soin), **tracer** le soin et l'**efficacité** de l'accompagnement, du traitement mis en place pendant le soin, afin d'**ajuster** lors du prochain soin. Utiliser la même échelle douleur, le même outil d'évaluation, le noter et si changement d'outil, le tracer.

Il convient d'adapter ce tableau aux autres échelles d'évaluation de la douleur¹.
Pour les patients dyscommunicants, utiliser une échelle d'hétéro-évaluation.
Avant de prescrire, le médecin prend connaissance des antalgiques déjà prescrits chez le patient.

Choisir le Bon médicament selon :

1. Les Antécédents du patient
2. Le Soin (durée, répétition, intensité)
3. La Forme galénique (délai et durée d'action)



Voies d'administration	DCI	Précisions	Palier (selon l'OMS)	Intensité douloureuse - Echelle numérique (EN)	Minutes						Heures				
					3'	5'	10'	15'	30'	45'	1h	2h	3h	4h	5h
Locale *	Lidocaïne 2,5% + prilocaïne 2,5% crème	Pour muqueuse génitale	Non concerné	Non concerné											
		Pour détersion longue et douloureuse d'ulcère des jambes													
	Lidocaïne 5% nébuliseur	Muqueuse buccale et voies aériennes supérieures													
	Lidocaïne 2% gel oral ou urétral														
	Lidocaïne 5% + naphazoline	Pulvérisation ou méchage naso et/ou bucco pharyngée et/ou sur plaie													
Inhalation *	MEOPA (mélange protoxyde d'azote + oxygène)	Durée max d'utilisation 1h	Non concerné	Non concerné											
Per os	Paracétamol		I	1 à 3											
	Paracétamol + codéine		II	4 à 6											
	Paracétamol + tramadol		II												
	Tramadol		II												
	Morphine sulfate Libération Immédiate	Délai 45 min - Durée 4h	III	7 à 10											
Oxycodone Libération Immédiate	Orodispersible : délai 15 min - Durée 4-6h	III													
	Gélules : délai 30 min - Durée 4-6h														
Sous-cutanée	Morphine	Délai 30 min - Durée 3-5h	III												
Intraveineuse	Paracétamol		I	1 à 3											
	Néfopam	IV lente de 45 minutes - Durée 4h Puissance analgésique comparable à celle des paliers II	II	4 à 6											
	Tramadol	Durée 6-8h	II												
	Morphine	Délai 5 min - Durée 1h30	III	7 à 10											
	Oxycodone	Délai 10 min - Durée 4h	III												
Transmuqueuse (voie sublinguale ou nasale)	Fentanyl (<i>Réservé aux patients cancéreux ayant un traitement de fond morphinique</i>)	Délai 10 min - Durée 1h	III												
Rectale	Paracétamol + opium + caféine	Délai 15-20 min - Durée 4h	II	1 à 3											

■ Le médicament est à son efficacité maximale, le soin peut donc être effectué

■ Le médicament n'est pas encore/n'est plus efficace, le soin ne peut donc pas être effectué

Il est possible d'utiliser ces produits seuls ou en association : Palier I et II OU Palier I et III.

* Il est possible d'associer les voies locale et inhalée aux autres voies d'administration tout en respectant les précautions d'emplois.

Le midazolam est un sédatif, sans action analgésique spécifique, pouvant être associé à un antalgique, chez des patient anxieux, avant l'acte douloureux (par voie IV : délai 7 min après la fin de l'injection – durée d'action : 2h (prolongée chez le sujet âgé)).

MISES EN GARDE

Attention

Le fentanyl par voie nasale, orale transmuqueuse, sublinguale ou gingivale,

- ⇒ a pour **seule indication** l'accès douloureux paroxystique chez les patients présentant des douleurs chroniques d'origine cancéreuse, en complément d'un traitement de fond utilisant des morphiniques.

A la fin du soin, il est impératif d'évaluer la capacité du patient à rentrer chez lui en toute sécurité.

SOURCES DOCUMENTAIRES

¹Règle de 5 B – HAS – Outils de sécurisation et d'auto-évaluation de l'administration des médicaments, Juillet 2011

²Fiche de bonne pratique & bon usage « Evaluation de la douleur chez l'adulte : quelle échelle utiliser ? », OMÉDIT Centre-Val de Loire

³www.cnrdr.fr/IMG/pdf : Douleurs induites – consultés en février 2018

⁴Douleur de l'adulte – Vidal Reco – consulté en février 2018

⁵Basededonneesdesmedicaments.gouv – Résumés caractéristiques produits des médicaments

Soins techniques <i>liste non exhaustive</i>	Astuces/solutions (*)	Prémédication
<ul style="list-style-type: none"> • Actes de radiologie (gestes radio ou écho guidés, brancardage, positionnements) • Contention (plâtre, gouttière, attelle...) • Kinésithérapie (motrice) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Retraits d'adhésifs collants (électrodes, pansements, stomies...) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Utiliser la solution antiadhésive ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation 	Non
<ul style="list-style-type: none"> • Pose de cathéter périphérique • Injections de traitements anti coagulant (ex : Lovenox®...) • Prélèvements (veineux, artériels) • Injections (intramusculaire, sous cutanée ou perfusions) • Réalisation de bloc moteur EMG • Injection de toxine botulique 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ EMLA® ➤ MEOPA ➤ Proposer de glacer la zone d'injection (avec un glaçon, une poche de froid, une poche de sérum physiologique préalablement congelée...) 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Glycémie capillaire 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Proposer de glacer la zone de prélèvement pulpaire (avec un glaçon, une poche de froid...) 	Non
<ul style="list-style-type: none"> • Soins dentaires 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA (masque spécifique) 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Pose et retrait de sonde urinaire, rectale ou de drain 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Calibre - fixation - lubrification ➤ Utilisation de gel anesthésiant local ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Pose de sonde gastrique 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pour la pose, gel anesthésiant (à avaler), chauffer la SNG, lubrifier l'extrémité ➤ Faire expirer profondément lorsqu'on réalise le retrait 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Aspiration naso-pharyngée 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation 	Non
<ul style="list-style-type: none"> • Infiltrations articulaires 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Emla® ➤ MEOPA 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Extraction de fécalome 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ MEOPA ➤ Pommade anesthésiante localement 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Soins de plaies (ulcère, escarre, fistule,...) ou de cicatrices • Réfection des pansements (nettoyage, détersion, débridement...) • Brûlés, amputés 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA ➤ Faire appel à l'équipe dédiée si présente dans l'établissement 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Ponctions (lombaire, d'ascite...) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA (dans le respect des contre-indications) ➤ Emla® 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Petite chirurgie (suture, curette, cryothérapie) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA (masque spécifique) ➤ Lidocaïne 5% + naphazoline 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Fibroscopie, endoscopie, échographie trans-oesophagienne 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA ➤ Anesthésiant local 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Biopsies (médullaire, foie, rein...) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA ➤ Anesthésiant local 	Oui

(*)

- Pour tout anesthésiant, laisser le temps d'agir.
- Toutes astuces ou solutions n'excluent pas une prémédication.
- Toutes les prémédications doivent être évaluées par un avis médical.

Soins d'hygiène et de confort	Astuces/solutions	Prémédication
<ul style="list-style-type: none"> • Manutention et mobilisation (transfert, brancardage, lever et coucher lit/fauteuil, toilette, change, réfection lit, retournement...) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA ➤ Gestes doux ➤ Travail en équipe 	Oui selon contexte
<ul style="list-style-type: none"> • Installation (lit, fauteuil...) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ Renforcement positif, encouragement ➤ Gestes doux 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Hygiène corporelle et bucco-dentaire (toilette, toilette périnéale, change, soin de bouche, de nez, d'yeux, de peau... rasage, coiffage, champ opératoire...) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Distraction, hypnose conversationnelle, sophrologie, relaxation ➤ MEOPA ➤ Température de l'eau adaptée au souhait du patient ➤ Gestes doux ➤ Musique 	Oui
<ul style="list-style-type: none"> • Aide à alimentation 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Installation confortable ➤ Matériel adapté 	Oui

RAPPELS SUR LE MEOPA

☞ Vous pouvez consulter la fiche « BON USAGE DU MEOPA - MELANGE GAZEUX EQUIMOLAIRE OXYGENE ET PROTOXYDE D'AZOTE (O2/N2O) » disponible sur le site de l'OMÉDIT pour des informations plus complètes et détaillées.