
Douleur après l'intervention



La douleur et l'inconfort après une intervention (chirurgicale) sont un phénomène courant et prévisible. La douleur et l'inconfort peuvent généralement être atténués pour améliorer le confort de votre enfant et l'aider à se reposer.

Des médicaments contre la douleur (antidouleur) et/ou des aménagements de confort peuvent aider à réduire la douleur de votre enfant. L'équipe soignante (les prestataires de soins et les infirmiers(-ères)) s'efforcera d'aider votre enfant à se sentir mieux, mais il est probable que votre enfant ressentira de la douleur et de l'inconfort dans une certaine mesure. Il peut être nécessaire de limiter l'administration de médicaments antidouleur afin de réduire le risque d'effets secondaires.

Il existe de nombreuses façons d'améliorer le confort de votre enfant. Ce document fournit des informations et des conseils pour gérer la douleur et l'inconfort de votre enfant.

Jouez un rôle actif dans la prise en charge de la douleur de votre enfant, pour cela :

- Aidez-nous à évaluer et à traiter la douleur de votre enfant
- Dites-nous ce qui reconforte votre enfant

Douleur

La douleur est une sensation désagréable ou inconfortable. L'intensité, la durée et le type de douleur ou d'inconfort dépendent de l'enfant et de l'intervention.

La douleur est généralement plus forte les premiers jours et peut être :

- Légère, modérée ou forte
- Sensation aiguë, sourde, spasmodique, lancinante, coups de poignard, pression, courbatures ou flatulences
- Visible ou plus difficile à déceler selon le niveau d'activité de l'enfant, ses habitudes de sommeil et son alimentation
- De courte durée, ponctuelle ou durable

La douleur liée à une incision chirurgicale est généralement constante. Les crampes et les spasmes semblent surgir de nulle part, avant de disparaître à nouveau. D'autres douleurs générales, comme des maux de gorge ou des maux de tête, sont fréquentes pendant les premières 24 heures.

Évaluation de la douleur

Les enfants peuvent souffrir et ne pas le manifester. Nous demanderons à votre enfant ce qu'il ressent. Si votre enfant est trop jeune ou n'est pas en mesure de répondre, nous vous demanderons comment il se sent selon vous. En tant que parent, votre point de vue quant au confort de votre enfant est crucial.

Les échelles de douleur permettent également de mesurer l'intensité et le type de douleur ressentie par votre enfant. L'équipe soignante sélectionnera et examinera l'échelle de douleur adaptée à votre enfant selon son âge et son niveau de développement.

Nous utilisons deux types d'échelles de douleur :

- Observation (observer le comportement de l'enfant)
- Autoévaluation (en demandant à l'enfant d'utiliser des images de visages ou un chiffre pour évaluer sa douleur)

Douleur après l'intervention *Suite*

Pourquoi la prise en charge de la douleur est-elle importante ?

La douleur peut ralentir le processus de guérison de votre enfant. La douleur peut affecter votre enfant comme suit :

- Capacité à tousser ou à respirer profondément
- Sommeil et niveau d'énergie
- Capacité à manger normalement
- Humeur

Ces changements peuvent augmenter le risque que votre enfant développe d'autres problèmes.

La recherche montre que les enfants dont la douleur est bien contrôlée se rétablissent plus rapidement et ont moins de problèmes et d'effets durables.

Pendant l'intervention

L'équipe soignante de votre enfant préparera un plan d'anesthésie personnalisé (spécialement adapté à votre enfant) qui comprendra des médicaments antidouleur. Le plan de votre enfant dépend de l'intervention et de l'état de santé physique et psychologique de votre enfant. L'équipe soignante vous expliquera comment fonctionnent les médicaments antidouleur et les autres traitements contre la douleur.

Votre enfant pourra recevoir des médicaments antidouleur comme :

- Des opioïdes (narcotiques) par voie intraveineuse (IV) ou par voie orale (p. ex., fentanyl ou morphine)
- Des médicaments antidouleur non opioïdes administrés par voie intraveineuse ou par voie orale
- Une anesthésie loco-régionale ou par blocage nerveux (médicament engourdissant)

Les médicaments antidouleur peuvent causer des effets secondaires. L'équipe soignante s'efforcera de réduire ces effets secondaires dans la mesure du possible. Parfois, les effets secondaires ne peuvent pas être évités.

De nombreux médicaments antidouleur peuvent diminuer la fréquence et la profondeur de la respiration de votre enfant. L'équipe soignante de votre enfant peut être amenée à limiter l'administration de ce genre de médicaments afin de réduire le risque de problèmes respiratoires. Pour éviter ces effets secondaires et la dépendance, ne prenez ces médicaments que sous la surveillance de votre médecin. L'équipe soignante de votre enfant possède les compétences nécessaires pour administrer ces médicaments en toute sécurité.

Après l'intervention

Votre enfant peut ressentir de la douleur même s'il a reçu des médicaments antidouleur pendant l'intervention. Certains enfants ont besoin de recevoir des médicaments antidouleur supplémentaires dans l'unité de soins post-anesthésiques (Post Anesthesia Care Unit) (salle de réveil). À mesure que l'analgésie s'estompe, votre enfant peut avoir besoin de continuer à prendre des médicaments antidouleur et de bénéficier des aménagements de confort à l'hôpital puis à la maison par la suite.

Chaque enfant étant différent, le type de médicament antidouleur administré et la durée du traitement varient. Demandez à l'équipe soignante de votre enfant de vous expliquer le plan de prise en charge de la douleur de votre enfant.

À l'hôpital et à la maison

Certaines choses peuvent aider à diminuer l'inconfort de votre enfant :

- Trouvez une position relaxante. Essayez d'utiliser des couvertures ou des oreillers pour créer un espace confortable.
Prenez votre enfant dans vos bras ou bercez-le si son médecin vous y autorise.
- Distrayez-le avec des activités. Aidez votre enfant à ne pas penser à la douleur en lui faisant écouter de la musique ou en lui proposant des activités calmes.
Parmi les activités recommandées, regarder une vidéo ou jouer sur des appareils électroniques portables.
- Distrayez-le par la conversation. Parlez de sujets sans rapport avec l'hôpital (amis, films préférés, jouets ou jeux préférés, animaux de compagnie ou école).
- Faites preuve d'humour. Cela peut améliorer l'humeur de votre enfant et détourner son attention.
- Expliquez-lui comment il pourrait le gérer de son côté. « Si tu fais cela _____, tu te sentiras mieux. »
- Encouragez les techniques de relaxation. Essayez de respirer profondément et régulièrement ou la méditation.
- Utilisez une source de fraîcheur ou de chaleur douce. Demandez au médecin de votre enfant si une source de fraîcheur ou de chaleur douce est autorisée.

Le médecin de votre enfant peut également vous suggérer un médicament antidouleur à prendre à la maison. Il peut :

- Vous dire d'utiliser des médicaments en vente libre antidouleur ou pour réduire la fièvre
- Envoyer une ordonnance pour un médicament antidouleur :
 - Avant de choisir une pharmacie où obtenir le médicament prescrit sur ordonnance, appelez-la pour vérifier ses horaires d'ouverture.
 - Récupérez immédiatement le médicament prescrit sur ordonnance de votre enfant.
 - Demandez à l'équipe soignante quand votre enfant peut commencer à prendre ce médicament.
 - N'utilisez pas ce médicament si votre enfant est trop somnolent.
 - Ne le réveillez pas pour lui faire prendre ce médicament.

Lorsque vous administrez un médicament à domicile, suivez les instructions figurant sur le tube.

- Ne donnez pas une quantité de médicaments supérieure à la posologie indiquée.
- En cas de doute sur la posologie ou la voie d'administration, appelez le médecin de votre enfant.

Les médicaments antidouleur peuvent être plus efficaces s'ils sont administrés avant que la douleur de votre enfant atteigne son niveau maximal. La douleur de votre enfant peut augmenter si vous essayez d'attendre le plus longtemps possible, ou de ne pas lui donner de médicaments antidouleur. Il peut être très difficile de réduire la douleur une fois qu'elle est devenue modérée ou forte.

Utilisez l'échelle de douleur « Parent's Postoperative Pain Measure (PPPM, mesure de la douleur postopératoire par le parent) », qui pourra vous être fournie avant que votre enfant soit autorisé à quitter l'établissement, afin de vous aider à mesurer l'intensité de la douleur ressentie par votre enfant. Le score vous indiquera à quel moment l'enfant peut avoir besoin de son médicament antidouleur.

Le médecin de votre enfant peut limiter certaines activités ou au contraire, recommander des activités qui favorisent la guérison. En cas de prise de médicament antidouleur opioïde :

- Aidez votre enfant lorsqu'il/elle marche ou rampe.
- Aidez-le à monter et à descendre les escaliers.
- Ne laissez pas votre enfant conduire ou utiliser des machines lourdes.

Appelez le médecin de votre enfant si votre enfant :

- a mal au point de ne pas pouvoir se reposer, dormir ou être réconforté
- est trop somnolent et vous ne pouvez pas le réveiller facilement
- ses propos n'ont aucun sens
- présente des effets secondaires comme des maux de ventre, vomissements, démangeaisons ou difficultés à faire pipi ou caca

Inquiétudes relatives à la dépendance

Il est rare qu'un enfant devienne dépendant à un médicament antidouleur. La prise prolongée de médicaments opioïdes peut engendrer une dépendance. Si vous avez des inquiétudes à ce sujet en raison de problèmes de dépendance chez l'enfant ou un membre de la famille, il est préférable d'en parler à votre médecin.

Pharmacie de Cincinnati Children's

Les médicaments délivrés sur ordonnance peuvent être retirés dans nos pharmacies externes sur les Campus Burnet et Liberty. Chaque pharmacie a ses propres horaires. La pharmacie :

- Accepte la plupart des régimes d'assurance
- Est un système sans espèces (cartes de crédit et de débit acceptées)
- Propose certains médicaments en vente libre comme l'acétaminophène (acetaminophen) (Tylenol®)

Conservation et élimination des médicaments en toute sécurité

Conservation

- Conservez les médicaments opioïdes en lieu sûr.
- Conservez les médicaments dans leur emballage d'origine.
- Surveillez la quantité de médicaments dont vous disposez (comptez-les).
- Utilisez toujours un capuchon de sécurité enfant.
- Refermez le capuchon après chaque utilisation.
- Gardez les médicaments hors de portée des enfants et des animaux.

Élimination

Jetez **immédiatement les médicaments opioïdes non utilisés**. Ne conservez **pas** le médicament pour un usage ultérieur. Cela permet d'éviter les risques d'erreur d'utilisation, d'abus et de prise accidentelle.

- Consultez la page www.fda.gov/drugs (uniquement disponible en anglais). Cherchez « élimination » pour accéder à la page « Safe Disposal of Medicines » (élimination des médicaments en toute sécurité).
- Le moyen le plus sûr de se débarrasser (d'éliminer) des médicaments est de les déposer dans un centre de collecte de médicaments. Appelez votre pharmacie locale pour savoir si elle dispose d'un programme de collecte de médicaments.
- En l'absence de programme de collecte de médicaments :
 - Utilisez un kit d'élimination des opioïdes (renseignez-vous auprès de votre pharmacie locale).
 - Jetez les médicaments opioïdes non utilisés dans les toilettes.