

# SOUFFRANCE PHYSIQUE

# SOUFFRANCE PHYSIQUE

## POUR LE PERSONNEL

### LES SIGNES D'ALERTE

#### « LES SIGNES QUI DOIVENT M'ALERTER »

- ↘ La douleur peut être exprimée par la personne ou identifiée grâce à la connaissance que le professionnel a de la personne, mais elle peut également être repérable par des :
  - signes sur le visage (froncement des sourcils, mâchoires serrées, visage figé, grimaces, etc.) ;
  - signes au niveau du regard (regard inattentif, fixe, pleurs, yeux fermés, etc.) ;
  - signes auditifs (plaintes, gémissements, cris, etc.) ;
  - signes corporels ou comportementaux (agitation, agressivité, difficulté à rester immobile, protection d'une zone du corps, repli sur soi, prostration, crispation, refus de soins, etc.).

#### BON À SAVOIR

- ↘ Facteurs médicaux ou paramédicaux (lorsque ces éléments peuvent être connus) :
  - polypathologie (le fait d'avoir plusieurs maladies en même temps) ;
  - certaines maladies chroniques (liées aux rhumatismes, les cancers, etc.) ;
  - plaies, escarres ;
  - type de maladie, son ancienneté et son évolution ;
  - insuffisance ou inadaptation d'un traitement antidouleur déjà mis en œuvre ;
  - modification du seuil de tolérance de la douleur, durée et répétition du soin ;
  - postures prolongées (lit, fauteuil) ;
  - antécédents de douleur de la personne.
- ↘ Facteurs psychologiques :
  - degré de fatigue de la personne, troubles du sommeil, mauvaise qualité du repos ;
  - état psychologique de la personne recevant le soin, mal-être, état dépressif ;
  - absence de reconnaissance du vécu douloureux de la personne accueillie.
- ↘ Facteurs techniques liés à la réalisation de certains actes :
  - gestes liés aux soins d'hygiène et de confort : transfert, retournement, pesée, toilette, soin de bouche/nez/oreille/yeux/peau, rasage, habillage et déshabillage, alimentation, etc. ;
  - soins techniques : pansement, soin de plaie, injection, etc.

### LES FACTEURS DE RISQUE

# SOUFFRANCE PHYSIQUE

## POUR LA STRUCTURE

### ↘ METTRE EN PLACE UN DISPOSITIF DE VEILLE PERMETTANT D'IDENTIFIER LES SIGNES DE DOULEUR

- En encourageant la personne accueillie à exprimer ses besoins et ses attentes.
- En observant les évolutions dans les attitudes, les gestes et les paroles de la personne.
- En échangeant avec la personne, mais aussi, si la personne est d'accord, avec son entourage, les membres de l'équipe<sup>68</sup> et les intervenants extérieurs qui l'accompagnent ([MT](#), [SAAD](#), [SSIAD](#), etc.), afin d'élaborer avec eux ce qui peut être mis en place à partir de la remontée d'information de la personne elle-même, de son entourage et/ou des professionnels de terrain.

### ↘ PARTAGER L'ANALYSE DES SIGNES REPÉRÉS

- En échangeant avec la personne ou, le cas échéant, avec le représentant légal, la personne de confiance, son entourage et, selon les besoins, avec l'ensemble des professionnels qui interviennent auprès de la personne ([SAAD](#), [SSIAD](#), [SPASAD](#), professionnels libéraux, etc.) dans le respect des dispositions légales en matière de partage d'informations.
- En prévoyant des temps et des outils spécifiques de partage d'informations.
- En organisant les remontées d'informations entre les professionnels de la résidence autonomie et, selon les besoins, avec les partenaires extérieurs.

### ↘ ADAPTER LES RÉPONSES LORSQUE LES PERSONNES ACCUEILLIES MONTRENT DES SIGNES DE DOULEUR

- En recherchant des réponses en équipe et en cohérence avec le projet personnalisé.
- En impliquant la personne et ses aidants dans la recherche de solutions.
- En sollicitant les partenaires et plus particulièrement le médecin traitant qui doit être alerté de l'apparition, la persistance ou de la majoration des douleurs.
- En formalisant dans le projet personnalisé les solutions proposées et les éventuelles difficultés rencontrées, voire refus.
- En évaluant en équipe les actions mises en place et leurs limites (notamment en s'inquiétant de la persistance ou non de la douleur).

### ↘ SENSIBILISER ET FORMER LES PROFESSIONNELS AU REPÉRAGE DES SIGNES DE DOULEUR

- En présentant à l'équipe les principaux facteurs de risques de douleur.
- En formalisant ces facteurs de risques de douleur dans le projet d'établissement.
- En inscrivant le repérage des signes de douleur dans le plan de formation.
- En encadrant l'éventuelle utilisation d'outils d'aide au repérage de la douleur (cf. outils).
- En organisant régulièrement des temps d'échanges, notamment pour la diffusion des recommandations de bonnes pratiques professionnelles relatives à la douleur.

<sup>68</sup> Elle se compose de l'ensemble du personnel de la résidence autonomie : responsable, agent d'entretien, personnel de restauration, secrétaire, aides-soignants, animateurs, aide médico-psychologique,...

# SOUFFRANCE PHYSIQUE

## RÉSULTATS ATTENDUS

L'équipe de la résidence autonomie, en contact régulier avec les personnes accueillies, connaît les principaux facteurs de risque de douleur, et identifie les signes d'alerte. Elle sait sur quels dispositifs (outils) s'appuyer pour faire remonter cette information. Les besoins et les attentes de la personne accueillie sont pris en compte. Il n'y a pas de rupture de parcours d'accompagnement.

## DES OUTILS<sup>69</sup> POUR ALLER PLUS LOIN...

### ↳ Sur l'évaluation de la douleur

- Échelle verbale simple (EVS)
- Échelle numérique (EN)
- Échelles comportementales (DOLOPLUS, ALGOPLUS, ECPA)

### ↳ Sur la prévention et le traitement des escarres

- ANAES, conférence de consensus. Prévention et traitement des escarres de l'adulte et du sujet âgé. Novembre 2011

### ↳ Sur la thématique

- HAS. Douleur chronique : reconnaître le syndrome douloureux chronique, l'évaluer et orienter le patient. Décembre 2008

---

<sup>69</sup> L'ensemble des outils sont téléchargeables, ils servent de support à la formation, l'échange...