

Qu'est-ce qu'une douleur chronique ?

On parle de douleur aiguë si elle est récente et disparaît rapidement. Lorsqu'une douleur se prolonge et qu'elle n'est pas rapidement traitée, elle donne naissance à une douleur chronique.

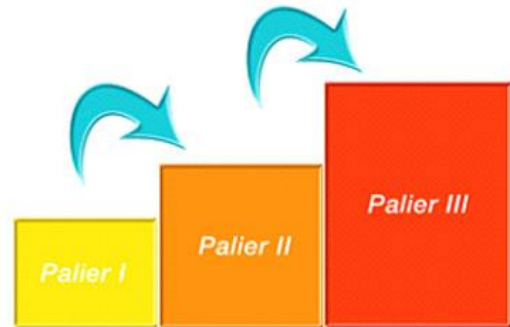
C'est ainsi qu'on admet, de façon arbitraire, qu'une douleur devient chronique lorsqu'elle dure au-delà de trois à six mois.

TRAITEMENTS

L'évaluation de la douleur chronique conduit à utiliser différents moyens thérapeutiques très divers : médicamenteux, physiques, psychologiques, chirurgicaux voire non conventionnels (acupuncture, nutrition, hypnose...).

1. Les antalgiques

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) a proposé, dans le cadre des douleurs cancéreuses, une échelle de décision thérapeutique comportant trois paliers d'analgésiques. On peut l'extrapoler à d'autres douleurs d'origine non cancéreuse en utilisant les paliers de l'OMS comme une échelle de prescription selon l'intensité de la douleur.



L'inefficacité d'un analgésique conduit au passage d'un échelon à l'autre dans cette échelle.

Le palier I correspond aux analgésiques non morphiniques (paracétamol et aspirine) et aux anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) :

- *Paracétamol* : pour les personnes souffrant de douleurs légères ou modérées - NE JAMAIS dépasser 3 à 4g de paracétamol par jour au risque de développer des lésions irréversibles du foie. ATTENTION aux associations !
- *Anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS)* : soulagement de la douleur, réduction de l'inflammation. Ils possèdent toutefois des effets indésirables sérieux tels l'ulcère à l'estomac ou l'insuffisance rénale ce qui les rend difficile à utiliser en chronique.

Le palier II sont considérés comme des antalgiques centraux faibles (codéine, tramadol, tilidine) A faible dose, l'oxycodone et la buprénorphine peuvent être associés à cette classe.

Le palier III : le chef de file est la morphine orale à laquelle on ajoutera d'autres molécules apparentées à la morphine telles que l'hydromorphone, la buprénorphine, l'oxycodone ou le fentanyl.

Les antalgiques de palier 2 et 3 sont efficaces mais peuvent présenter des inconvénients tels nausées, vertiges, vomissement et constipation.

C'est pour cette raison que récemment, un nouvel antalgique morphinique associant l'oxycodone à la naloxone, a été créé afin d'en diminuer les éventuels effets secondaires intestinaux tels que nausées et constipation.

2. Autres médicaments associés au traitement de la douleur chronique (coanalgésiques)

- *Les antidépresseurs et les antiépileptiques* : ils possèdent également une action antalgique. Dans certains types de douleur, ces traitements sont utilisés de manière détournée, non pas pour l'épilepsie ou la dépression.
- *Les myorelaxants* : décontractants musculaires