



La douleur chez les enfants

Brochure d'information destinée aux parents



Hôpital Jan Yperman • Briekestraat 12 • 8900 Ieper
057 35 35 35 • info@yperman.net • www.yperman.net



56.044F • 180423
Verpleegkundig diensthoofd
pijnkliniek

Cher parent,

Votre enfant est hospitalisé et il est possible qu'il éprouve, durant son séjour, une douleur liée à une intervention, à une affection ou à un examen.

L'équipe du service pédiatrie du JYZ souhaite prodiguer les meilleurs soins à votre enfant et veut faire tout ce qui est en son pouvoir pour prévenir toute douleur chez votre enfant et la traiter au mieux.

Par le biais de cette brochure, nous souhaitons vous donner davantage d'explications sur ce qu'est la douleur, sur la méthode utilisée pour la mesurer et sur la façon dont nous pouvons la traiter.



Qu'est-ce que la douleur ?

La douleur est une sensation désagréable et gênante. Elle peut avoir des répercussions importantes sur votre enfant et ralentir le processus de guérison.

Elle peut perturber le sommeil ou l'alimentation de votre enfant qui peut également ne pas avoir envie de jouer ou est simplement plus calme et renfrogné.

Mais la douleur constitue également un signal important par le biais duquel le corps indique que quelque chose ne va pas.

Une douleur aiguë qui apparaît après un traumatisme ou une intervention chirurgicale indique que quelque chose ne va pas. La douleur a ici la fonction d'un signal d'alarme. Lorsqu'une douleur aiguë est traitée, il y a de grandes chances que le patient se rétablisse et que la douleur disparaisse.

Une douleur chronique est une douleur présente depuis plus de 6 mois. Une douleur chronique n'a pas une fonction d'alarme et est une affection difficile à traiter.



Chaque enfant ressent la douleur et se comporte différemment. En tant que parent, c'est vous qui connaissez votre enfant le mieux et nous vous demandons d'avertir le médecin ou le personnel infirmier lorsque votre enfant présente un comportement inhabituel ou se sent soudain moins bien. Plus la douleur est constatée tôt, plus le traitement peut être mis en œuvre rapidement et au mieux votre enfant se rétablira.

Mesurer la douleur

Pour pouvoir bien traiter la douleur, nous devons tout d'abord en déterminer la gravité. Pour ce faire, nous allons « mesurer » la douleur. En fonction de l'âge de votre enfant, nous utilisons différentes échelles de mesure.



a. Bébés et jeunes enfants de 0 à 4 ans : **POKIS**

Les enfants de moins de 4 ans ne sont pas encore capables de dire qu'ils ont mal et/ou où ils ont mal. Ils le montrent toutefois en pleurant, en affichant un visage sur lequel se lit la douleur ou en frottant ou poussant là où ça fait mal. Ils peuvent se raidir, gémir ou demeurer très calmes au contraire.

Pour évaluer la douleur chez les bébés et les jeunes enfants, nous utilisons l'échelle POKIS (Pijn Observatie Kind Schaal). En observant un certain nombre de comportements (expression du visage, pleurs, respiration, dos/corps, bras/doigts, jambes/orteils, agitation), le personnel infirmier va attribuer un score à la douleur de votre enfant.

b. Enfants de 4 à 12 ans : **Wong-Baker Faces PRS**

À partir de l'âge de 4 ans, un enfant est capable d'indiquer sur une échelle de visages lequel des visages représente le mieux la douleur qu'il éprouve actuellement. À cet effet, nous utilisons la Wong-Baker Faces Pain Rating Scale.

Wong-Baker Faces Pain Rating Scale



Aucune douleur



Une toute petite douleur



Une petite douleur



Une douleur plus forte



Une douleur beaucoup plus forte



La douleur la plus forte

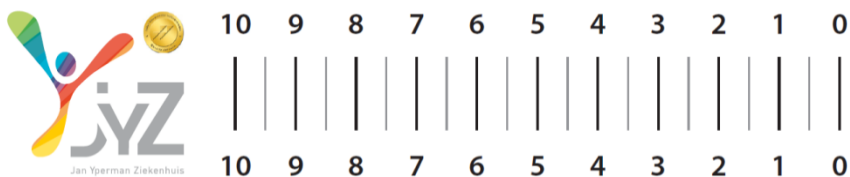
Un visage souriant correspond à une absence de douleur, un visage moins souriant à une légère douleur... un visage très triste à une douleur très importante.



c. Enfants à partir de 12 ans : **échelle de douleur EVA**

Lorsque les enfants sont capables de décrire leur propre douleur, ou lorsqu'ils atteignent l'âge de 12 ans, l'échelle EVA est utilisée pour mesurer la douleur.

EVA est l'acronyme d'Échelle visuelle analogique. Il s'agit d'une latte munie d'un curseur grâce auquel l'enfant peut indiquer la douleur ressentie, entre « aucune douleur » et « une douleur insupportable ».



**ONDRAAGLIJKE
PIJN**

**GEEN
PIJN**



L'infirmière lit au verso de la latte le chiffre auquel correspond le point indiqué : 0 indique une absence de douleur et 10 une douleur insupportable.

Traiter la douleur

Grâce à la mesure de la douleur ou à la douleur attendue après une intervention ou un examen, le médecin prescrira un traitement antidouleur adapté.

a. Atténuation de la douleur

Outre la médication, il existe également d'autres méthodes ou techniques permettant d'atténuer ou de prévenir la douleur chez l'enfant.

- Une personne familière.

De nombreux enfants sont apaisés par la présence d'un parent ou d'une personne familière lors de moments difficiles. Votre enfant se sent alors plus en sécurité dans un environnement inhabituel et vous pouvez soutenir votre enfant, le distraire et le consoler.

Vous pouvez le faire en le câlinant, en lui tenant la main, en lui racontant une histoire, en lui chantant une chanson...

Pensez à ce qu'aime votre enfant. Montrez-vous calme et confiant(e).

- Distraction

En distrayant votre enfant, celui-ci peut avoir moins conscience de sa douleur et de son angoisse. Chez les jeunes enfants, raconter une histoire, jouer ou regarder la télévision peut s'avérer utile. Les enfants plus âgés peuvent se distraire en écoutant de la musique, en lisant, en regardant la télévision ou en jouant à l'ordinateur.



- Préparation et explications

Il est important que votre enfant se prépare au bon moment à ce qui va se passer. Une bonne préparation crée des attentes adéquates et apaise l'anxiété. Il est important d'être honnête sur ce qui va se passer. Dans le cas contraire, cela entraîne de la méfiance chez l'enfant qui risque d'être plus angoissé, d'éprouver une plus grande douleur et de se montrer moins coopératif lors des soins ou traitements.

b. Médicaments

Les médicaments analgésiques sont divisés en trois groupes.

GROUPE 1 : les analgésiques classiques sont le paracétamol et les anti-inflammatoires ou AINS (ibuprofène). Ils sont disponibles en vente libre.

GROUPE 2 : si la douleur n'est pas suffisamment maîtrisée, le médecin peut prescrire un produit « léger » à base de morphine. Citons par exemple le Tramadol.

GROUPE 3 : dans des situations particulières et lors d'interventions plus importantes, des analgésiques puissants ou des produits à base de morphine sont nécessaires, sur prescription du médecin. Ces analgésiques peuvent être administrés de différentes façons : sirop, suppositoire, comprimé ou perfusion.

Pour de plus amples informations, vous pouvez vous adresser à l'équipe algologique au numéro 057 35 61 27.



Hôpital Jan Yperman • Briekestraat 12 • 8900 Ieper
057 35 35 35 • info@yperman.net • www.yperman.net

