Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Ouest
Québec

AIDE-MÉMOIRE CLINIQUE
Évaluation de la douleur - Oncologie

Recueillir les données auprès de l'usager et ses proches selon la méthode PQRSTU

P

PROVOQUER
- **Qu'est-ce qui provoque / déclenche / aggrave votre douleur?** (ex. : activité, environnement, bruit, lumière)

PALLIER
- **Qu'est-ce qui diminue / soulage votre douleur?**
- Avez-vous tenté des moyens pour soulager votre douleur? Si oui :
  - Lesquels (ex. : relaxation)?
  - Est-ce que ces moyens soulagent votre douleur?
- Avez-vous de la médication ou des produits contre la douleur? Si oui :
  - Lesquels?
  - À quelle fréquence les prenez-vous?
  - Prenez-vous des entre doses? Si oui, combien dans la dernière 24 h?
  - Est-ce que cette médication ou ces produits soulagent votre douleur?

Q

QUALITÉ
- **Comment décririez-vous votre douleur?** (ex. : diffuse, lancinante, tiraillement, coup de poignard, brûlure, picotement, fourmillement, élancement, en étau, lourdeur)

QUANTITÉ
- **Quelle est l'intensité de votre douleur (ex. : sur une échelle de 0 à 10)?**
- **Quel est l'impact de votre douleur sur vos activités de la vie quotidienne (AVQ), vos activités de la vie domestique (AVD), vos activités professionnelles et vos loisirs?**
- Est-ce que la douleur affecte votre moral? Si oui de quelle façon?
- Est-ce que la douleur affecte votre comportement? (agressivité, colère, pleurs) Si oui de quelle façon?
- Est-ce que la douleur affecte vos activités de tous les jours? Si oui de quelle façon? (ex. : soins d'hygiène, activités domestiques comme les repas, le ménage, activités familiales et sociales)
- Quel est l'impact de la douleur sur vous-même? Sur vos proches?

R

RÉGION
- **Dans quelle région se produit / se manifeste votre douleur (localisation)?** (ex. : abdomen, dos, jambe)
- Y a-t-il plus d'un endroit douloureux?
- S'agit-il d'un nouvel endroit douloureux?

IRRADIATION
- **La douleur se déplace-t-elle / s'étend-elle vers d'autres endroits? Si oui, où?**

S

SIGNES ET SYMPTÔMES ASSOCIÉS
- **Votre douleur est-elle associée / accompagnée d'autres signes ou symptômes? Si oui, lesquels?** (ex. : fatigue, insomnie, somnolence, baisse d'appétit, anxiété, difficulté à uriner, difficulté de concentration)
- Avez-vous des effets secondaires associés à la prise de médication analgésique? Si oui, lesquels?
- Vous sentez-vous triste ou déprimé?
- Avez-vous des engourdissements dans les membres inférieurs?
- Avez-vous des hallucinations ou des périodes de confusion?

Références : Idée originale CISSS de la Montérégie-Est et adaptée pour le CISSS de la Montérégie-Ouest
AMC-DSIEU-6113 (2022-03)

AIDE-MÉMOIRE CLINIQUE
Évaluation de la douleur - Oncologie

T	**TEMPS** ▪ **Quand votre douleur est-elle apparue (depuis combien de temps)?**
	DURÉE ▪ **Depuis combien de temps votre douleur est-elle présente?**
	INTERMITTENCE ▪ **Votre douleur est-elle constante (toujours présente) ou intermittente (apparaît et disparaît)?** ▪ **Si intermittente : À quel moment survient-elle ? Quelles sont la durée et la fréquence des épisodes?**

U	**SIGNIFICATION/COMPRÉHENSION POUR L'USAGER (UNDERSTAND)**
	▪ **De quel problème croyez-vous qu'il s'agit?**
	▪ **Quelle est la cause de votre douleur selon vous?**
	▪ Est-ce la première fois que vous avez de la douleur? Si non :
	  ○ Qu'est-ce qui était la cause de votre douleur à ce moment?
	  ○ Quand et qu'avez-vous fait à ce moment pour régler votre douleur?
	▪ Comment réagissez-vous habituellement à la douleur ou au stress?

DÉMARCHE DE SOINS INFIRMIERS

1 COLLECTER LES DONNÉES
PQRSTU (anamnèse)
Examen physique
Examen état mental
Signes vitaux
Signes neurologiques
Glycémie
Poids
Autres tests et données

2 ANALYSER ET INTERPRÉTER
ÉVALUER
Identifier des constats
ou
problèmes prioritaires

3 PLANIFIER LES SOINS
Élaborer
PTI

4 INTERVENIR
Appliquer
PTI
Ordonnances médicales

5 RÉÉVALUER
PQRSTU (anamnèse)
Examen physique
Examen état mental
Signes vitaux
Signes neurologiques
Glycémie
Poids
Autres tests et données

Références : Idée originale CISSS de la Montérégie-Est et adaptée pour le CISSS de la Montérégie-Ouest
AMC-DSIEU-6113 (2022-03)

EXEMPLE DE PTI

► DOULEUR

Ce document ne représente pas un modèle unique de PTI. Tout PTI doit être consécutif à l'évaluation de l'infirmière et son contenu doit être spécifique à la condition clinique de chaque usager.

CONSTATS DE L'ÉVALUATION								
Date	Heure	N°	Problème ou besoin prioritaire	Initiales	Résolu/Satisfait			Professionnels/ Services concernés
					Date	Heure	Initiales	
2017-03-01	14 h 30	1	Croyances contraignantes face à l'utilisation d'opioïdes	IM				
		2	Douleur abdominale chronique	IM				

SUIVI CLINIQUE							
Date	Heure	N°	Directives infirmières	Initiales	Cessée/Réalisée		
					Date	Heure	Initiales
2017-03-01	14 h 30	1	Explorer les croyances contraignantes reliées à l'utilisation d'analgésique	IM	2017-03-02	9 h 30	IM
		1	Explorer les éléments qui provoquent ou ↑ douleur q épisode de douleur *(ou q visite)*	IM			
		1	Enseigner les indications et avantages de l'analgésie	IM	2017-03-02	9 h 30	IM
		1	Analgésique 30 minutes avant le soin d'hygiène x 1 dose d'essai	IM	2017-03-03	8 h 00	IM
2017-03-04	10 h 00	2	Analgésique 30 minutes avant soins d'hygiène DIE	IM			
		2	Encourager prise analgésique si présence de douleur ≥ 4/10	IM			
		2	Aviser médecin si ≥ 3 prises d'analgésique PRN par 24 h	IM			
		2	Exercices de respiration profonde si présence de douleur	IM			

Signature de l'infirmière	Initiales	Programme/Service	Signature de l'infirmière	Initiales	Programme/Service
Infirmière Motivée	IM				

PLAN THÉRAPEUTIQUE INFIRMIER (PTI)

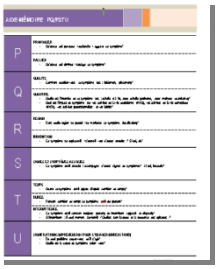
Références : Idée originale CISSS de la Montérégie-Est. Inspiré du modèle de PTI développé par le CISSS de la Montérégie-Centre et adapté pour le CISSS de la Montérégie-Ouest

AMC-DSIEU-6113 (2022-03)

LIGNES DIRECTRICES
▶ DOULEUR

Il est essentiel d'adapter les conseils contenus dans ce guide aux comorbidités et à la condition clinique de chaque usager (ex. : limites liquidiennes, régime alimentaire, activités)

ÉVALUATION PAR L'INFIRMIÈRE



PQRSTU



Examen physique
(ex. : abdominal)



Autres données cliniques pertinentes
(ex. : signes vitaux)



Recherche des causes sous-jacentes et les traiter

APPROCHES NON PHARMACOLOGIQUES

ACTIVITÉS ET LOISIRS

- Être actif et faire de l'exercice selon les capacités

SOUTIEN ET ACCOMPAGNEMENT

- Créer un lien de confiance, faire preuve d'empathie, écoute active, compréhension, favoriser l'expression des émotions
- Autonomiser l'usager et ses proches au regard de la gestion du symptôme (informer, renseigner, éduquer)
- Valoriser l'usager et ses proches au regard de l'adoption de comportements et stratégies d'adaptation
- Parler avec quelqu'un de confiance
- Obtenir l'aide ou le soutien des proches
- Parler à quelqu'un du lieu de culte (santé spirituelle)
- Participer à un groupe de soutien dans la communauté
- Explorer les connaissances et les croyances contraignantes de l'usager et ses proches au regard du soulagement de la douleur et des approches pharmacologiques.
- Enseigner / informer l'usager sur le soulagement optimal de la douleur (ex. : approches pharmacologiques, approches non pharmacologiques)

TRAITEMENTS COMPLÉMENTAIRES

Dans certains contextes particuliers, l'usager peut ressentir le besoin de faire appel à des traitements complémentaires afin de parvenir à un soulagement optimal et ce, en complémentarité avec les autres approches pharmacologiques et non pharmacologiques proposées par l'équipe de soins ou encore celles proposées dans le présent guide. Bien que l'équipe de soins ne peut garantir l'efficacité de ces traitements et ne peut promouvoir leurs utilisations, l'usager demeure libre de choisir de recourir à ces traitements si ceux-ci lui procurent le soulagement escompté. Toutefois, il est recommandé à l'usager d'aviser l'équipe de soins avant de recourir à des traitements complémentaires. Parmi la vaste gamme de traitements disponibles, en voici quelques-uns :

Références : Idée originale CISSS de la Montérégie-Est et adaptée pour le CISSS de la Montérégie-Ouest
Société canadienne du cancer, Cancer care Ontario, COSTaRS, Oncology Nursing (2001), Oxford Textbook of Palliative Nursing (2015)

- Techniques d'imagerie
- Techniques de distraction (ex. : activité sociale, musique, jardiner, jeux vidéo)
- Exercice de relaxation
- Exercice de respiration
- Massage pour favoriser la relaxation musculaire
- Réflexologie
- Méditation
- Hypnose
- Aromathérapie
- Acupuncture
- Yoga

APPROCHES PHARMACOLOGIQUES

- Prendre les analgésiques et les coanalgésiques régulièrement (selon ordonnance)
- Prendre les entre-doses d'analgésiques au besoin (minimalement dès que douleur est à 3/10 et plus) (selon ordonnance)
- Si la douleur réveille la nuit, prendre une entre-dose avant d'aller au lit
- Prendre des analgésiques 30 à 60 minutes avant les activités ou soins qui peuvent être douloureux (ex. : pansement, mobilisation)
- S'assurer que le médecin ou le pharmacien soit informé avant toute prise de produits de santé naturels ou encore de médicaments en vente libre pour soulager la douleur

ÉLÉMENTS DE SURVEILLANCE

- Noter dans un journal :
  - Début, fréquence de la douleur
  - Facteurs qui aggravent ou soulagent la douleur
  - Efficacité des analgésiques
  - Effets secondaires des analgésiques
- Porter attention aux habitudes d'élimination intestinale
- Informer l'usager et ses proches des signes et symptômes associés à la douleur.
- Mettre à contribution les proches au regard de la surveillance de la douleur afin d'assurer un soulagement optimal de l'usager (notamment en contexte où l'usager n'est pas en mesure d'exprimer ou de communiquer sa douleur).

RESSOURCES

- Dans une perspective d'approche interdisciplinaire, au besoin, consulter le médecin, le pharmacien ou encore les autres membres de l'équipe interdisciplinaire en conformité avec la trajectoire de références en vigueur
- Référer à des ressources communautaires ou organismes externes pertinents (ex. : Société canadienne du cancer)

ALARMES

- Douleur qui interfère significativement avec les activités de la vie quotidienne, les activités de la vie domestique, les activités professionnelles et les loisirs
- Douleur qui s'aggrave ou qui ne s'améliore pas malgré les interventions posées (pharmacologiques et non pharmacologiques)
- Signes et symptômes de dépression (ex. : peu d'intérêt ou de plaisir à faire les choses, sentiment de désespoir ou d'inutilité)
- Apparition soudaine et aiguë d'une douleur
- Signes et symptômes de compression médullaire (ex. : douleurs irradiants vers le dos ou les jambes, constipation, perte sensorielle dans les membres inférieurs, troubles moteurs, trouble des sphincters, rétention urinaire)
- Signes et symptômes d'embolie pulmonaire (ex. : douleur rétrosternale, dyspnée, tachypnée, tachycardie, cyanose, angoisse, hypotension, hémoptysie)
- Confusion ou hallucination

Références : Idée originale CISSS de la Montérégie-Est et adaptée pour le CISSS de la Montérégie-Ouest Société canadienne du cancer, Cancer care Ontario, COSTaRS, Oncology Nursing (2001), Oxford Textbook of Palliative Nursing (2015)			
Direction émettrice :	Direction des soins infirmiers et de l'enseignement universitaire	Entrée en vigueur :	2022-03-31
AMC-DSIEU-6113 (2022-03)		Révision :	