

Installation : _____

Dossier : _____

Nom, Prénom : _____

Date de naissance : _____ ☐ F ☐ M
AAAA-MM-JJ

NAM : _____ Exp. _____
AAAA-MM

Nom de la mère : _____

DORSOLOMBALGIE
URGENCE OBSERVATION UHB ZER

Poids : _____ kg Taille : _____ cm

Allergies : _____ Clairance créatinine : _____ mL/min

CRITÈRES D'INITIATION :

- ☐ Entorse dorsale ou lombaire, élongation musculaire, contusion lombaire
- ☐ Sciatalgie ou hernie discale sans signe d'alarme
- ☐ Stabilité hémodynamique
- ☐ État d'éveil normal, sans altération du niveau de conscience
- ☐ Examen neurologique normal ou stable

CRITÈRES D'EXCLUSION :

- ☐ Dorsolombalgie d'étiologie indéterminée
- ☐ Hyperthermie

DIRECTIVES :

- ☐ Remplir l'attestation d'absence
- ☐ Remplir les ordonnances de départ
- ☐ Remplir la feuille sommaire

PRESCRIPTIONS INITIALES

- Demander le profil pharmaceutique à la pharmacie communautaire / DSQ
- Signes vitaux : ☐ q 4 h ☐ QID ☐ TID Autre : _____
- Signes neurologiques périphériques (*pouls, forces et sensibilité des extrémités*) :
☐ q 4 h ☐ QID ☐ TID Autre : _____
- Si usager diabétique, glycémie capillaire QID
- Évaluer la douleur
- Diète : ☐ Régulière ☐ Contrôlée en glucides ☐ Hyposodée (2,3 g) Autre : _____
- Glace x 10 minutes q 1 h, respecter le sommeil
- Tenter de mobiliser l'usager q 4 h, respecter le sommeil et s'assurer que l'usager urine

ORDONNANCES PHARMACEUTIQUES

_____ Acétaminophène ☐ 650 mg ☐ 1000 mg ☐ PO ☐ IR ☐ QID régulier ☐ q 4-6 h PRN si douleur ou fièvre
Initiales

_____ Naproxène* ☐ 250 mg ☐ 500 mg PO BID
Initiales

OU

_____ Célécoxib* ☐ 100 mg ☐ 200 mg PO ☐ DIE ☐ BID
Initiales

OU

_____ Indométhacine* 100 mg IR BID si naproxène ou célécoxib PO impossible ou si présence de nausées / vomissements
Initiales

OU

_____ Kétorolac* ☐ 10 mg ☐ 15 mg ☐ 30 mg IM q 4-6 h PRN
Initiales

* **ATTENTION : prudence chez usagers à risque (maladie cardiovasculaire ou insuffisance rénale), ajuster la dose en conséquence**

_____	_____	_____
Date et heure (aaaa/mm/jj)	Signature du prescripteur	# permis
☐ Envoyé par _____ (init.)	Heure d'envoi : _____	Ordonnance relevée par : _____ (init. inf.)

DORSOLOMBALGIE
URGENCE OBSERVATION UHB ZER
(SUITE)

Dossier :	_____
Nom, Prénom :	_____
Date de naissance :	_____ ☐ F ☐ M AAAA-MM-JJ
NAM :	_____ Exp. _____ AAAA-MM
Nom de la mère :	_____

_____	Ondansétron	☐ 4 mg	☐ 8 mg	☐ PO	☐ IV q 8 h PRN
Initiales					
_____	Pantoprazole 40 mg PO DIE				
Initiales					
_____	Hydromorphone	☐ 0,5 mg	☐ 1 mg	SC q 30 min x 4 doses PRN ad soulagement PUIS	
Initiales		☐ 0,5 à 1 mg	☐ 1 à 1,5 mg	PO q 4 h PRN	
_____	Morphine	☐ 2,5 mg	☐ 5 mg	SC q 30 min x 4 doses PRN ad soulagement PUIS	
Initiales		☐ 2,5 à 5 mg	☐ 5 à 7,5 mg	PO q 4 h PRN	
_____	Diazépam	☐ 2,5 mg ☐ 5 mg PO q 6 h PRN			
Initiales					
_____	Prégabaline	☐ 75 mg PO BID OU _____			
Initiales					
_____	Cyclobenzaprine	☐ 10 mg PO DIE HS OU _____			
Initiales					
Autre : _____					
Insulinothérapie : Remplir l' OIP-629 Insuline sous-cutanée selon échelle glycémique					
Thromboprophylaxie : Remplir l' OIP-714 Thromboprophylaxie					
FAIRE REVOIR PAR LE MÉDECIN EN TOUT TEMPS SI :					
- Aucune amélioration après 24 heures - Douleur disproportionnée - Instabilité hémodynamique					
RÉÉVALUATION ET SUIVI MÉDICAL					
Faire revoir l'utilisateur par le médecin minimalement q 24 h					
CRITÈRES DE CONGÉ :					
- Signes vitaux stables - Examen neurologique normal ou stable - Douleur adéquatement soulagée avec analgésie PO, douleur inférieure ou égale à 4/10 - Glycémie capillaire se situe entre 5 et 20 mmol/L - Usager se mobilise seul - Usager se sent mieux et est d'accord pour quitter					
AU CONGÉ DE L'USAGER					
Faire revoir l'utilisateur par le médecin pour l'obtention du congé					
- Remettre les ordonnances de départ - Remettre et lire la feuille de conseils avec l'utilisateur et lui donner des explications au besoin - Remettre la consultation externe en physiothérapie - Remettre la feuille de CNESST s'il y a lieu					

_____	_____	_____
Date et heure (aaaa/mm/jj)	Signature du prescripteur	# permis
☐ Envoyé par _____ (init.)	Heure d'envoi : _____	Ordonnance relevée par : _____ (init. inf.)

ANNEXE 1

LOMBALGIE

Comment prendre soins de son dos ?

Règle # 1 : Soulager la douleur

- Pendant les premiers jours, prenez la médication telle que prescrite même si la douleur est moins intense.
- Dès que la douleur augmente, essayez de la soulager. Plus la douleur est importante, plus elle sera difficile à gérer.
- Pendant les premières 24 à 48h : appliquez de la glace (dans une serviette humide) au site de la douleur pendant environ 15 à 20 minutes.
- Après 48h : appliquer glace ou chaleur humide (bouillote avec serviette humide/ bain chaud) au site de la douleur pendant environ 15 minutes. La chaleur aide à diminuer la raideur et à détendre les muscles.

Règle # 2 : Bouger!

- Demeurez actif, malgré la douleur! Bouger selon votre tolérance aide à diminuer la douleur surtout si vous faites des activités que vous aimez.
 - L'activité physique libère des endorphines dans le corps qui aident à diminuer la douleur.
 - Le mouvement augmente la circulation sanguine, qui contribue à diminuer l'inflammation et à apporter les nutriments essentiels à la guérison des tissus.
 - Le mouvement prévient la raideur et le déconditionnement. Plus on continue de bouger, plus c'est facile de bouger!
- Dès que possible, reprenez graduellement vos tâches de la vie quotidienne (cuisiner, faire votre lit, prendre une douche).
- Évitez de garder la même position trop longtemps pour prévenir la fatigue et la raideur du dos. Les positions statiques sont les plus irritantes pour la colonne vertébrale (assis regardant la télévision, assis dans la voiture, couché dans un lit).
- Bougez souvent, changez le poids de jambe, levez-vous de votre siège, marchez!

Autres recommandations

- Votre douleur devrait diminuer progressivement et vous devriez être beaucoup mieux d'ici 7 à 10 jours.
- Toutefois, voici les symptômes pour lesquels vous devez revoir un médecin:
 - En urgence:
 - Fièvre
 - Incontinence urinaire ou fécale, engourdissement / douleur région génitale
 - Engourdissement, faiblesse ou perte de sensation dans les jambes
 - Si aucune amélioration après 7 à 10 jours ou perte de sensibilité dans la jambe, consultez votre médecin ou présentez-vous dans une clinique sans rendez-vous.

BONNE GUÉRISON !