

Je comprends à quoi peut correspondre une douleur

Le site du Docteur Xavier MICOULEAU

Adresse du site : www.docvadis.fr/xavier-micouleau



Validé par

le Comité Scientifique Neurologie

La douleur se définit comme : « une expérience sensorielle et émotionnelle désagréable, liée à des lésions tissulaires réelles ou potentielles ou décrites en des termes évoquant de telles lésions ». Voici quelques explications utiles.

Pourquoi parle-t-on de douleur aiguë ou chronique ?

On peut caractériser la douleur par son profil évolutif :- La **douleur aiguë** . C'est un symptôme, une sensation déclenchée par le système nerveux pour alerter l'ensemble de l'organisme et évoluant depuis moins de trois mois. Il s'agit d'un signal d'alarme.- **La douleur chronique** . Au-delà de trois à six mois, une douleur persistante et rebelle aux traitements habituels est dite chronique. On parle alors d'une véritable maladie qui va retentir sur votre vie quotidienne, votre appétit, votre sommeil...

Quelles sont les causes de la douleur ?

Schématiquement, il existe 3 catégories de douleurs :

- **Douleurs par excès de nociception (sensibilité à la douleur)**. Elles correspondent aux douleurs ressenties comme lors d'une brûlure, d'un traumatisme, des suites d'une opération, à un grand nombre de maladies. Elles peuvent se manifester sur un mode aigu ou chronique.
- **Douleurs neurogènes ou neuropathiques**. Elle sont dues à des lésions du système nerveux au niveau périphérique (compression du nerf médian au niveau du canal carpien "syndrome du canal carpien" par exemple), ou central (lésion affectant la moelle et/ou le cerveau : sclérose en plaques, lésion vasculaire, compression de la moelle par exemple). Ces douleurs peuvent se manifester spontanément, ou suite à un stimulus normalement non douloureux ou peu douloureux, mais perçu de façon exagérée par votre corps. Ces douleurs sont invalidantes, et

peuvent s'accompagner d'une anxiété voire d'une dépression.

- **Douleurs sine materia.** Ce sont des douleurs sans lésions apparentes, malgré un bilan médical approfondi, même si dans cette situation, des phénomènes psychiques peuvent amplifier cette sensation douloureuse. Le terme de douleurs psychogènes est excessif, il correspond à une douleur sine materia.

Retenez que dans la très grande majorité des cas, on connaît la cause des douleurs et on saura la soulager efficacement. Il n'y a pas de proportionnalité entre l'intensité de la douleur et sa cause.

À quoi correspond une douleur mixte ?

Cette douleur réunit les caractéristiques d'une douleur par excès de nociception et d'une douleur neuropathique. Ce type de douleur se rencontre par exemple au cours du cancer mais également dans les pathologies de la colonne vertébrale.

Que signifie le terme de douleur dysfonctionnelle ?

Ce sont des douleurs qui ne sont pas expliquées par une lésion, mais par un mauvais fonctionnement du système nerveux. Elles se rencontrent, par exemple, lors d'une fibromyalgie, d'un colon irritable ou d'une migraine.

Comment fait-on le diagnostic d'une douleur ?

Aucun examen n'objective la douleur, car elle est de par sa nature très subjective. Cependant, son évaluation reste indispensable pour orienter le choix du traitement.

- L'interrogatoire.
- L'examen clinique et neurologique.
- La quantification de la douleur (échelles visuelles ou verbales, questionnaires descriptifs adaptés). Sont également utilisées des échelles d'anxiété et de dépression.
- La recherche de facteurs psychosociaux susceptibles d'entretenir la douleur (dépression, conflits familiaux, etc.).

Comment traite-t-on une douleur ?

Le traitement de la douleur comporte des traitements médicamenteux (antalgiques et autres) et des

techniques non médicamenteuses (chirurgie, stimulations et électrothérapie, acupuncture, relaxation). Retenez que chaque type de douleur nécessite une prise en charge particulière avec un traitement adapté.

La douleur est subjective et doit être évaluée pour être traitée. Il n'y a pas une, mais plutôt des douleurs avec un traitement adapté.