

Je souffre de douleurs neuropathiques

Le site du Docteur Sophie CADART

Adresse du site : www.docvadis.fr/sophie-cadart



Validé par
le Comité Scientifique Neurologie

La douleur neuropathique est causée par une atteinte du système nerveux affectant les voies et les structures intégrant les informations sensibles.

Une douleur neuropathique, qu'est-ce que c'est ?

Comme toute autre partie de l'organisme, les nerfs peuvent être atteints d'une maladie ou avoir subi un traumatisme. Quand un nerf est atteint, il ne fonctionne plus normalement et peut transmettre des messages erronés au cerveau. Le cerveau enregistre donc une mauvaise information et peut envoyer un signal de douleur si la ou les lésions affectent les voies et les structures intégrant les informations sensibles.

Ces douleurs sont-elles fréquentes ?

Les douleurs neuropathiques concernent environ 4 millions de patients en France. Elles représentent près de 30 % des motifs de consultation dans les centres spécialisés dans le traitement de la douleur.

Y a-t-il plusieurs sortes de douleurs neuropathiques ?

Il y a deux types de douleurs neuropathiques :

- La douleur neuropathique périphérique. Elle est due à une maladie ou à un traumatisme (blessure) qui a atteint les nerfs situés à l'extérieur du cerveau et de la moelle épinière.
- La douleur neuropathique centrale. Elle est due à une affection ou à un traumatisme lié directement au système nerveux central, c'est-à-dire le cerveau ou la moelle épinière.

Le type de douleur neuropathique est fonction de la cause.

Quelles sont les causes ?

Beaucoup d'affections ou maladies peuvent être responsables d'une douleur neuropathique.

- Périphériques : le zona, le diabète, les infections (VIH, SIDA), les lésions traumatiques accidentelles ou post-chirurgicales, certains traitements du cancer, etc.
- Centrales : accident vasculaire cérébral (AVC), sclérose en plaques, tumeur, maladie de Parkinson, lésions traumatiques de la moelle épinière, etc.

A quoi reconnaît-on une douleur neuropathique ?

Il existe plusieurs types de douleur qui peuvent différemment associer :

- Une douleur spontanée continue, superficielle (comme une brûlure) ou plus profonde (sensation d'étau ou de crampe).
- Une douleur spontanée paroxystique (décharge électrique, élancements...).
- Une douleur provoquée par le frottement, la pression, le froid.

Ces douleurs sont également associées à des sensations de picotement, des fourmillements ou des démangeaisons.

Tous ces symptômes sont très variables d'une personne à l'autre.

- En intensité : parfois une sensation de douleur très profonde et appuyée, parfois un simple picotement.
- En localisation : parfois à plusieurs endroits en même temps, parfois à un seul endroit, souvent le même.

Quelles sont les conséquences de ces douleurs ?

Les conséquences concernent la qualité de vie. Ces douleurs sont souvent accompagnées de troubles du sommeil et parfois d'une certaine anxiété. Ces deux phénomènes entraînent naturellement un état de fatigue. Cette fatigue rend le corps plus sensible à la douleur. Un phénomène entraînant l'autre, c'est le « cercle vicieux de la douleur » qui s'installe. Par la suite, l'anxiété peut évoluer vers un état dépressif.

Quels sont les traitements possibles ?

Les médicaments prescrits dans les douleurs neuropathiques sont des traitements spécifiques, parfois

destinés à d'autres pathologies. Il ne s'agit pas de médicaments antidouleurs classiques qui n'auraient que peu d'efficacité. En pratique, les traitements utilisés en première intention sont certains antidépresseurs et certains antiépileptiques. Ils doivent être prescrits et contrôlés par un médecin, adaptés à votre cas. Tout abus médicamenteux ou un traitement non approprié pourrait avoir des conséquences sur votre santé. Certains traitements complémentaires destinés à améliorer la qualité de votre vie (neuro-stimulation transcutanée, relaxation, acupuncture, psychothérapie...) pourront être associés au traitement médicamenteux. De même, une bonne hygiène de vie peut améliorer votre état et diminuer les symptômes (relaxation, bains, sommeil, etc.).

La douleur nécessite une analyse minutieuse qui conditionne la qualité et les modalités du traitement qui seront réévaluées et adaptées régulièrement. Votre médecin est le seul à savoir ce qui vous conviendra le mieux en fonction de l'intensité de votre douleur, des symptômes et des retentissements sur votre vie. Le suivi de votre maladie et de son traitement sera de préférence effectué dans un centre de traitement de la douleur.