

Ce dépliant traite de la douleur induite qui est une problématique sous-estimée dans les soins ambulatoires et hospitaliers. Il s'agit d'une douleur, souvent de courte durée, causée par un soignant ou une thérapeutique, dont la survenue est prévisible et susceptible d'être prévenue par des mesures adaptées.

### Anticiper le geste douloureux

Il revient aux équipes de soins de se coordonner afin d'identifier les gestes douloureux, de discuter leur bien fondé et de les anticiper : soins d'hygiène, mobilisation/physiothérapie, ponction capillaire, veineuse, artérielle, pose de voie veineuse, de sonde gastrique, de sonde urinaire ou de drain, réfection de pansement, ponctions, biopsies, examens endoscopiques, imagerie, etc.

Tenir compte de l'anxiété et des peurs de l'enfant (évaluer les craintes et les représentations du geste) ainsi que de sa fatigue.

### Avant le geste

- ▶ S'assurer que l'antalgique prescrit a été administré avant le geste, ni trop tôt, ni trop tard.
- ▶ En cas de douleur de fond évaluer l'efficacité du traitement en cours.
- ▶ Expliquer le geste à l'enfant et à ses parents, s'intéresser à leur vécu antérieur et gagner leur confiance.
- ▶ Décrire la durée et les étapes du geste afin de renforcer la collaboration de l'enfant et de ses parents.
- ▶ Proposer à un parent d'être présent lors du soin et lui expliquer comment il peut s'installer et ce qu'il peut faire durant le geste
- ▶ Respecter le rythme de l'enfant.
- ▶ Veiller à l'installation confortable de l'enfant et du parent et du soignant.
- ▶ Anticiper la préparation du matériel.

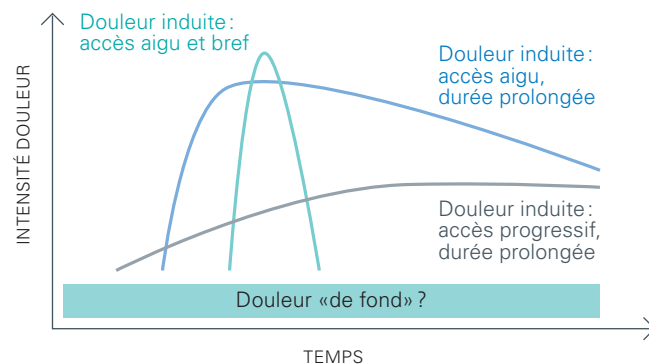
### Pendant le geste

- ▶ Etre calme, agir sans précipitation.
- ▶ Parler à l'enfant en choisissant des mots adaptés et positifs.
- ▶ Mettre en place des moyens de distraction adaptés.

- ▶ Renforcer l'écoute et l'observation afin d'évaluer l'antalgie.
- ▶ Tenir compte des suggestions de l'enfant ou de ses parents (demande de pause, changement de position).
- ▶ Ne pas minimiser le geste et la douleur.
- ▶ Oser stopper le soin.

### Après le geste

- ▶ Evaluer la douleur et l'inconfort liés au geste.
- ▶ Réconforter l'enfant et le réinstaller.
- ▶ Demander à l'enfant son ressenti ainsi qu'au parent.
- ▶ Si nécessaire, revoir avec l'enfant et ses parents et les collègues la prescription d'antalgique avant tout nouveau geste douloureux.
- ▶ Adapter l'antalgie de fond si nécessaire sur prescription médicale.
- ▶ Documenter dans le dossier patient pour assurer la continuité des soins.



Le choix du traitement dépend de la durée du geste, de l'intensité de la douleur attendue, de la présence éventuelle d'une douleur «de fond» ainsi que des antalgiques/anxiolytiques déjà prescrits.

Plus d'information sur [www.hug-ge.ch/reseau-douleur](http://www.hug-ge.ch/reseau-douleur)

## LE BON ANTALGIQUE AU BON MOMENT

Pédiatrie



