

Pour prendre rendez,  
Merci de contacter le secrétariat  
des **CONSULTATIONS EXTERNES**

Les traitements :

Médicamenteux

Physiothérapie

Cure thermale

Maitrise du poids

Exercices physiques

Programme individuel d'éducation thérapeutique

Horaire d'ouverture : 8h30 – 16h30

Numéro d'appel : **05.45.80.13.30**

Consultation douleur :

**Mme Maryse CUVELIER** Infirmière DE  
Diplôme Universitaire de prise en charge de la douleur  
Consultation le lundi matin : premier RDV pour remplir  
ensemble votre dossier de prise en soins

**Dr BECHRAOUI Wahid**  
Diplôme Universitaire de prise en charge de la douleur  
Diplôme Universitaire Hypno thérapie

Dans le cadre de l'ETP LOMBALGIE et après  
constitution du dossier avec IDE Douleur vous  
pourrez être accompagné par les spécialistes  
suivants :

Mme DOUSSAIN Sylvie 05.45.80.15.82  
Pour une consultation Diététique

Dr BECHRAOUI Wahid ou M BARBRE Stéphane IADE  
Pour une séance d'Hypnose

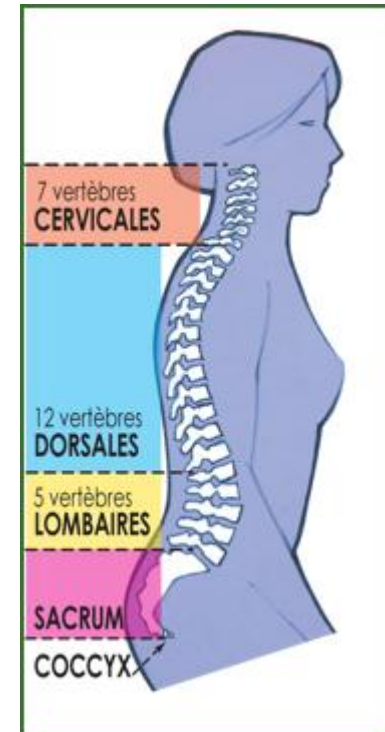
Mme PRIOTON Valérie 05.45.80.13.30  
Psychologue



CHIP de COGNAC

Plaquette informative  
sur la prise en soins proposée dans :

J'ai MAL au DOS



LA LOMBALGIE  
COMMUNE  
CHRONIQUE

La douleur  
n'est pas  
une fatalité.

La douleur se prévient.  
La douleur se traite.

Traiter votre  
douleur,  
c'est possible.



## La lombalgie commune :



C'est quoi ?

### **C'EST LE MAL AU DOS,**

Première cause de dépenses de santé en Europe

**Définition :** La lombalgie commune, c'est cette douleur du bas du dos avec une phase aiguë puis, si dure plus de 3 mois, devient chronique.

**Les causes sont diverses :** effort physique intense, arthrose, mauvaises postures, surpoids, raisons psychosomatiques, gestes répétitifs au travail.

**75 millions d'Européens souffrent de douleurs chroniques**

- La prévalence de la douleur varie fortement selon les pays
- Les malades souffrent 7 ans en moyenne, 16 millions (21%) souffrent pendant plus de 20 ans
- 25 millions de patients européens souffrent de douleurs chroniques en permanence
- Plus d'1 malade sur 6 préférerait mourir que subir ces douleurs intenses
- 23 millions de malades ne sont pas traités pour leurs douleurs
- Presque 50 millions indiquent que leur traitement n'est pas adapté à certains moments et 1 patient sur 10 seulement a vu sa douleur évaluée sur une échelle de douleur
- Seulement 2% des patients ont consulté un spécialiste de la douleur

**7 millions de Français souffrent de douleurs chroniques**

- 7 millions de Français souffrent de douleurs chroniques
- 4,6 millions presque constamment pendant presque 6 ans
- 2 ans pour être soulagé
- 2 patients sur 3 sont résignés
- 140 000 consultent les spécialistes de la douleur
- 2,3 millions des patients français ne sont pas traités
- 185 000 patients traités prennent des opioïdes forts

## La consultation douleur

Pourquoi faire ?



C'est une rencontre avec une infirmière spécialisée dans la prise en charge de la douleur, pour faire la synthèse du parcours réalisé, des différentes thérapies essayées.



L'objectif étant de proposer un réajustement, un apprentissage ou la découverte d'autres thérapies afin d'améliorer le quotidien.

C'est aussi et surtout une équipe pluridisciplinaire pour une prise en charge globale de la personne douloureuse.

**Pour mettre des mots sur les maux,  
Il faut que l'un parle et l'autre écoute.**

## Un programme d'Education Thérapeutique Individuel



Qu'est-ce que c'est ?

Une Ecoute qui va permettre un accompagnement et une aide à la décision.

Des échanges patient / professionnel de santé avec chacun sa compétence.

Aide le patient à mieux vivre sa maladie.

Le Patient est acteur de son traitement

- par la compréhension de sa maladie,
- l'apprentissage des thérapeutiques
- la gestion de sa vie au quotidien.

