

L'analgésie épidurale

Soulager la douleur après une opération



Après votre opération, bien soulager la douleur est très important. Cela vous aidera à vous rétablir. Vous voulez en savoir plus sur l'analgésie épidurale, ses bienfaits et ses effets secondaires possibles? Lisez ce qui suit.

Qu'est-ce qu'une analgésie épidurale?

L'analgésie par épidurale est une façon de vous donner un médicament antidouleur (analgésique). On le fait passer par un petit tube qui entre dans votre dos et se rend à votre moelle épinière. Ce tube (appelé cathéter) est relié à une pompe.

Il y a trois types d'analgésie épidurale. L'anesthésiste verra quelle est la meilleure pour vous.

- > **En continu.** La pompe vous donne constamment la bonne quantité de médicaments pour vous soulager.
- > **En autocontrôle.** Les médicaments sont donnés en continu mais une manette vous permet d'avoir une dose supplémentaire quand vous en avez besoin.
- > **En doses programmées.** La pompe donne une dose d'antidouleur à intervalle régulier. Elle vous permet aussi de prendre des doses en plus, au besoin.

Comment utiliser la manette de l'autocontrôle?

Si vous en avez une, appuyez sur le bouton dès que vous avez mal. Vous pouvez aussi le faire **15 à 20 minutes avant** une activité douloureuse. Par exemple, vous lever du lit ou faire des exercices de respiration.

Un signal sonore vous dit que la pompe a bien reçu la commande. Elle vous donne alors une dose supplémentaire d'antidouleur. Vous sentirez l'effet du médicament en moins de 10 minutes.



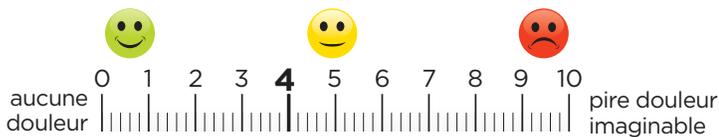
La pompe est programmée pour ne pas vous donner trop de médicament. Après chaque dose supplémentaire, le bouton de la manette cesse de fonctionner pendant 20 à 30 minutes.

Quels sont les avantages de l'analgésie épidurale ?

- Excellent effet antidouleur
- Pas besoin de piqûres répétées
- Moins tendance à vous endormir (sommoler) qu'avec une autre forme d'analgésie
- Aide à recommencer à bouger plus rapidement
- Aide à faire les exercices de respiration

Comment évaluer ma douleur ?

Le temps de votre épidurale, vous serez suivi par une infirmière spécialisée en soulagement de la douleur. Elle vous demandera souvent d'évaluer votre douleur, sur une échelle de 0 à 10. Le « 0 » veut dire « aucune douleur » alors que le « 10 » veut dire « la pire douleur possible ou que vous avez déjà ressentie ». Dites-lui le chiffre qui correspond à votre douleur. Le 4 correspond à la douleur à ne pas dépasser.



Qui s'assurera que ma douleur est bien soulagée ?

Vous êtes la personne la mieux placée pour évaluer votre douleur. L'infirmière vous le demandera pour soulager le mieux possible votre mal.

Que faire si ma douleur n'est pas soulagée ?

Dites-le à votre infirmière. L'anesthésiste et elle peuvent décider que vous avez besoin de faire ajuster la dose.

Y a-t-il des effets secondaires ?

Ce mode d'analgésie peut causer :

- étourdissements
- baisse de la pression du sang
- envie de vomir (nausées)
- envie de se gratter (démangeaisons)
- engourdissement ou difficulté à bouger les jambes
- difficulté à uriner
- ralentissement de la respiration (rare)
- envie de dormir (sommolence), mais moins que les autres modes d'analgésie

Avisez l'infirmière si vous avez l'un de ces effets secondaires. On peut en soulager certains avec des médicaments. Lorsqu'on enlève le cathéter, ces troubles s'en vont complètement en quelques heures.

Combien de temps devrais-je utiliser l'analgésie épidurale ?

Cela dépend de votre opération. En général, vous pouvez l'utiliser pendant 24 à 72 heures après votre opération. Par la suite, on vous donnera les antidouleurs par injection, par la bouche ou en suppositoires.



Y a-t-il un risque de complications?

Les complications liées à l'analgésie épidurale sont **très rares**. Vous pourriez avoir un mal de tête passer une fois l'épidurale retirée.

Pourrais-je devenir dépendant à l'analgésique?

Non, car il est utilisé pendant très peu de temps.

À qui m'adresser pour avoir de l'aide ou poser des questions?

N'hésitez pas à parler à un membre de votre équipe de soins.



RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Aidez-vous de cet exemple de tableau pour gérer vos douleurs. Vous pouvez imprimer ce tableau sur une page entière à l'adresse : chumontreal.qc.ca/tableau1.pdf

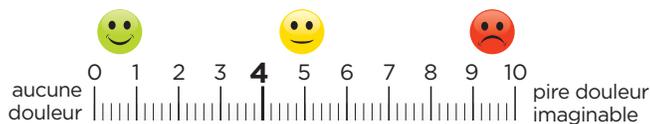


Gestion de la douleur

Exemples

Date / Heure	Douleur (degré)	Actions, médicaments, autres...	Commentaires (effets sur la douleur, etc.)
12-05, 21h	7	2 comprimés Tylenol	Un peu soulagé. Douleur = 5/10
12-05, 21h30	5	Relaxation - lecture	Plus soulagé. Douleur = 3/10

Échelle de la douleur



Le 4 est le degré de douleur à ne pas dépasser.
Une douleur non soulagée sera plus difficile à contrôler.

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal chumontreal.qc.ca