



Kit-KAD :
un outil éducatif pour
le patient douloureux
chronique

Dominique GILLET - Centre Hospitalier de Voiron
Journée paramédicale Douleur Auvergne-Rhône-Alpes
Lyon – Janvier 2017

Pourquoi un nouvel outil ETP ?

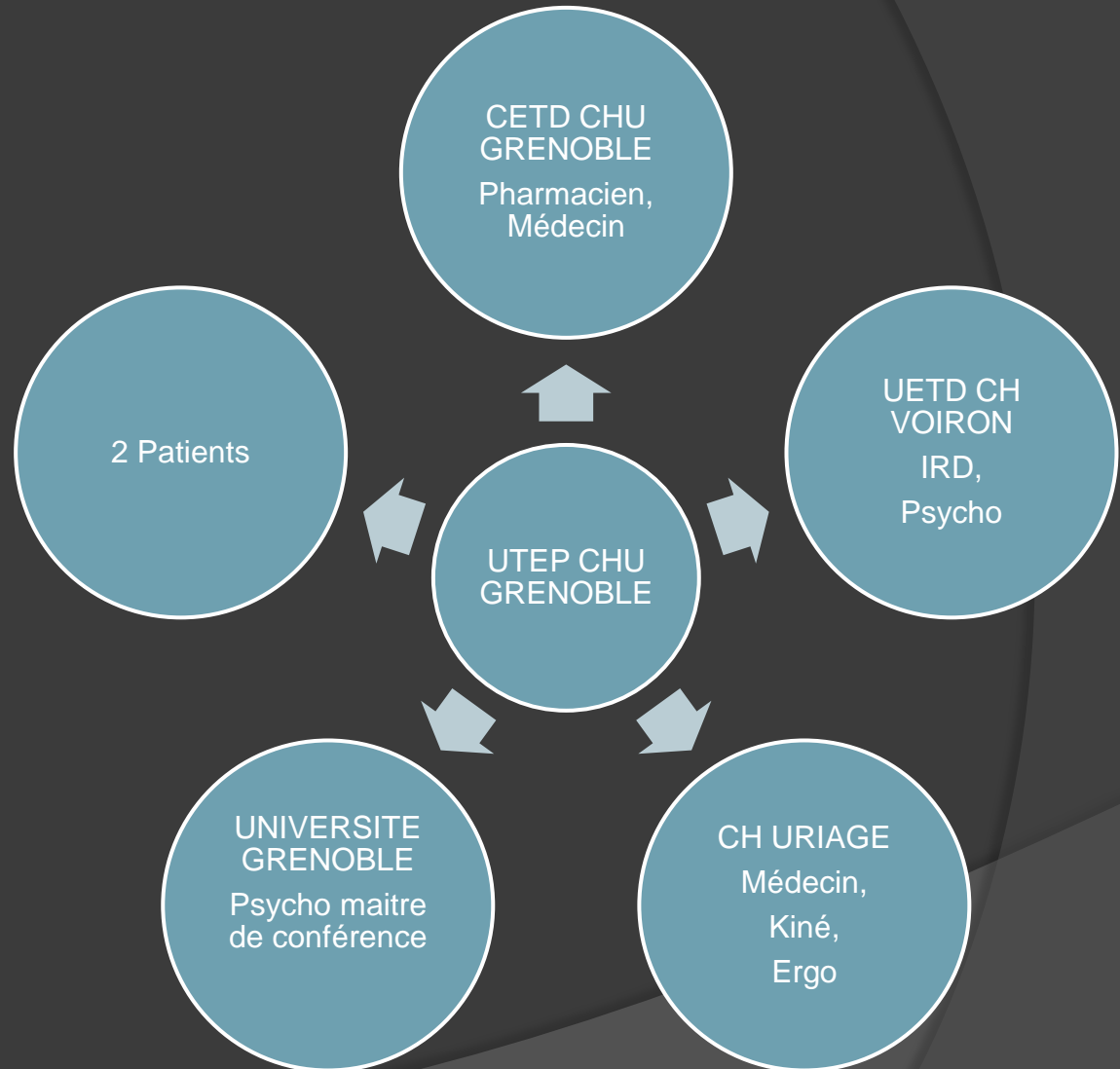
- ⦿ Les problématiques des patients douloureux chroniques justifient le développement de séances éducatives en lien avec ce symptôme
- ⦿ Insatisfaction à l'utilisation des outils existants souvent centrés sur une pathologie donnée
- ⦿ Intéressés pour travailler en groupe pluriprofessionnel et en intersite
- ⦿ Soutien de l'UTEP du CHU de Grenoble

Objectif du groupe de travail

- Créer une trame commune de séances ETP adaptable pour chaque équipe en fonction de leurs organisations locales
- Création de Kit-KAD :
Kit pour Accompagner la Douleur

Les 5 originalités de Kit-KAD

- 1. Groupe pluriprofessionnel et intersites, projet initié par un groupe régional



Les 5 Originalités du Kit-KAD

- ② 2. Outil destiné aux patients douloureux chroniques quelle que soit la pathologie initiale
- ③ 3. Séances modulables en fonction
 - Des besoins du patient
 - De l'organisation des services
 - Du parcours de soins des patients
 - Individuelles ou collectives
- ④ 4. Mise à disposition de tous gratuitement
- ⑤ 5. Non soutenu par l'industrie pharmaceutique

Depuis 2011...2016

- ⊙ Élaboration de l'outil à partir :
 - D'un état des lieux et des besoins effectués par les membres du groupe au sein de leur structure
 - D'une enquête de besoins auprès des patients douloureux chroniques (thèse pharmacie)
- ⊙ Nombreuses journées de travail, de réflexion et d'échanges
- ⊙ Phase test des séances
 - Sur les structures qui ont participé à la création de l'outil
 - Dans des services ne connaissant l'outil

2016 : Objectif atteint

KIT terminé

Mais quand c'est terminé...

Ce n'est pas fini !

- ⦿ Création du logo et du nom
- ⦿ Recherche de financements pour mise à disposition sous forme de mallette éducative
- ⦿ Diffusion de l'outil... finalement sous forme dématérialisée

Contenu du Kit

- ⦿ Livret à destination des animateurs
- ⦿ Livret à destination des patients
- ⦿ 4 séances éducatives :
 - Conducteur (mode d'emploi)
 - Outils pédagogiques
- ⦿ Bilan de séance pour les animateurs et pour les patients

Livret animateur

- ⦿ Conditions d'utilisation du kit-KAD
- ⦿ Présentation des différentes séances

Livret patient

- ⦿ Informations essentielles au sujet de la douleur
- ⦿ Présentation des séances
- ⦿ Espaces de prise de notes pour chaque séance

Les 4 séances

- ① « Je comprends ma douleur et j'en suis l'expert »
- ② « je comprends mieux mon ordonnance et j'adapte mon traitement »
- ③ « Que penser des approches non-médicamenteuses pour lutter contre ma douleur ? »
- ④ « Comment moduler ma douleur et mes activités ? »

Conducteurs : plan type

- Objectifs de la séance
- Conditions d'animation de la séance (nombre de patients et d'animateurs, durée...)
- Matériel à prévoir
- Déroulement de la séance en différents temps
- Conclusion avec « message clé »

« Je comprends ma douleur et j'en suis l'expert »

◎ Objectifs

- Définir la douleur
- Différencier douleur chronique / douleur aigue
- Repérer différentes dimensions de l'expérience douloureuse
- Explorer des alternatives possibles pour améliorer le vécu de la douleur

« Je comprends ma douleur et j'en suis l'expert »

⦿ Déroulement de la séance

- Rechercher définition de la douleur et les différences entre douleur aiguë et douleur chronique
- Repérer les liens entre sensations douloureuses, « pensées automatiques » et émotions
- Rechercher des alternatives possibles

« Je comprends ma douleur et j'en suis l'expert »

⦿ Les outils utilisés

- Brain storming®

Situation	Pensées	Émotions	Comportements / Conséquences

« Je comprends ma douleur et j'en suis l'expert »

- Message clé

Il est possible d'améliorer le vécu de la douleur en faisant différemment, autrement

« Je comprends mieux mon ordonnance et j'adapte mon traitement »

● Objectifs

- Explorer les représentations par rapport aux médicaments antalgiques
- Découvrir comment chacun appréhende son ordonnance
- Améliorer les connaissances au sujet des traitements médicamenteux
- Favoriser une gestion adaptée des traitements antalgiques

« Je comprends mieux mon ordonnance et j'adapte mon traitement »

⦿ Déroulements de la séance

- Les familles de médicaments (les antalgiques et les médicaments à « visée antalgique ») et les associations possibles
- DCI et génériques
- Lecture des notices et les effets secondaires
- Dosage, rythme des prises et délai d'action, formes LP et LI
- Comment bien prendre son traitement

« Je comprends mieux mon ordonnance et j'adapte mon traitement »

⦿ Les outils

- Liste des antalgiques et autres
- Boîtes de médicaments ou photos
- Etiquettes « famille » de médicaments

« Je comprends mieux mon ordonnance
et j'adapte mon traitement »

- Message clé

*Pour chaque personne, le bon antalgique est celui qui
soulage le mieux avec le moins d'effets secondaires*

*Les médicaments pris à bon escient permettent un
meilleur contrôle de la douleur*

*Ne pas attendre que la douleur soit insupportable pour
prendre son traitement antalgique*

Respecter les doses et les intervalles entre les prises

« Que penser des approches non-médicamenteuses pour lutter contre ma douleur ? »

- Cet outil a fait l'objet d'un travail de thèse et fait état des connaissances en 2015
(thèse Dr J. Amiel : pharmacien)
- Objectifs
 - Parler des techniques alternatives et complémentaires non médicamenteuses pour traiter la douleur
 - Faire des choix éclairés vis-à-vis des traitements non médicamenteux de la douleur
 - Informer et sécuriser l'utilisation des techniques non médicamenteuses

« Que penser des approches non-médicamenteuses pour lutter contre ma douleur ? »

⦿ Déroulement de la séance

- Choix de quelques techniques non-médicamenteuses pour la séance (2 par personne)
- Pour chaque technique :
 - Mode d'action et objectifs
 - Risques
 - Qui peut pratiquer ?
 - Avis des professionnels de santé
 - Posture du soignant qui anime la séance

« Que penser des approches non-médicamenteuses pour lutter contre ma douleur ? »

⦿ Les outils

- 44 fiches « techniques non-médicamenteuses »

« Mode d'action » et objectif :

L'hypnose permet au sujet d'accéder à un état de conscience modifiée (être ailleurs psychologiquement, endroit plutôt agréable, tout en ressentant ici et maintenant les modifications). Guidé par un thérapeute à l'aide de suggestion, le patient peut modifier son expérience subjective, ses perceptions, ses sensations, ses émotions et comportements. Le patient peut également apprendre l'autohypnose qui consiste à pratiquer seul l'hypnose.

L'hypnoanalgésie correspond à une méthode antalgique qui permet au patient de mieux contrôler et de mieux gérer une douleur aiguë ou chronique.

Qui peut le faire ?

Un professionnel de santé ou de la psyché formé à la pratique.

Avis des professionnels de la prise en charge de la douleur :

Technique reconnue comme étant efficace dans la prise en charge de la douleur et de ses symptômes associés (stress, anxiété, trouble du sommeil, fatigue...).

Posture du soignant :

Encouragement à utiliser.

« Que penser des approches non-médicamenteuses pour lutter contre ma douleur ? »

● Message clé

Il existe des techniques non médicamenteuses pour mieux vivre ou soulager sa douleur, mais il est important d'en valider la pertinence et l'intégrité des professionnels qui les dispensent pour éviter les risques

« Comment moduler ma douleur et mes activités? »

◎ Objectifs

- Exprimer son vécu par rapport à ses difficultés quotidiennes
- Identifier les facteurs modulant la douleur
- Mobiliser ses compétences d'adaptation, trouver des stratégies d'adaptation
- Envisager les «possibles» malgré la douleur

« Comment moduler ma douleur et mes activités? »

⦿ Déroulement de la séance

- Identification des facteurs favorisants et des facteurs de soulagement à partir de photos
- Trouver des solutions nouvelles, stratégie d'adaptation
- A partir de d'affirmation « choc » discuter des modulations possibles

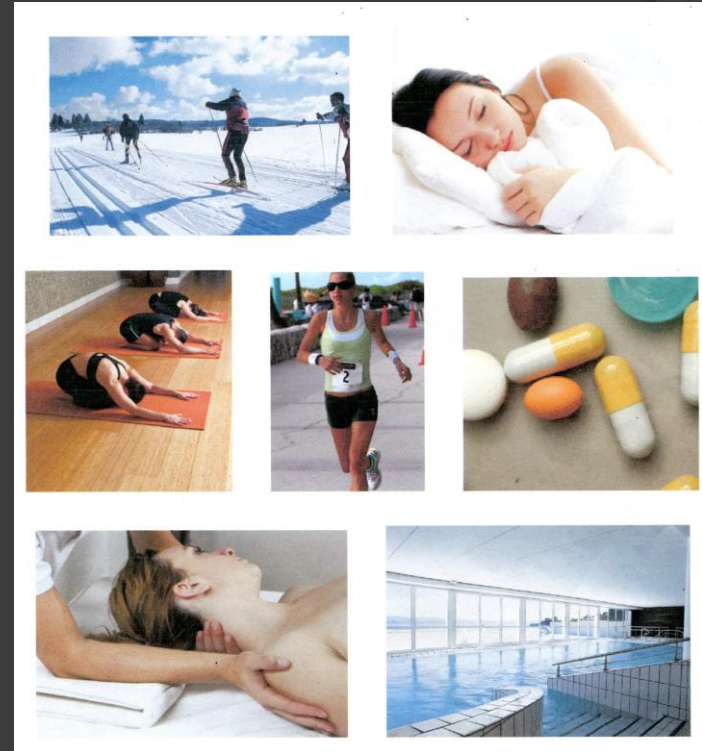
« Comment moduler ma douleur et mes activités? »

⦿ Les outils

- Photo-expression
- Fiches « adaptation »

Les tâches quotidiennes c'est difficile

Il est possible de s'adapter et de planifier ses activités



« Comment moduler ma douleur et mes activités? »

- Message clé

Chacun possède des ressources et des capacités d'adaptation pour faire face à la douleur

Mise à disposition du KIT

- Gratuitement
- Sous forme dématérialisée à imprimer
- Sur demande à l'adresse suivante :

KITKADUTEP@chu-grenoble.fr

KITKADUTEP@chu-grenoble.fr

Le Groupe Kit-KAD

- Julie AMIEL Pharmacien d'officine
- Magalie BAUDRANT Pharmacien hospitalier
- Laurence BENITEZ Patiente
- Cécile BOSCAPOMI Ergothérapeute
- Aurélie GAUCHET Psychologue Maître de Conférence
- Dominique GILLET Infirmière Ressource Douleur
- Sylvie GROSCLAUDE Médecin
- Sophie HERITIER Psychologue
- Caroline MAINDET-DOMINICI Médecin
- Jean-Pierre PETROT Patient
- Catherine RIGOLET Kinésithérapeute
- Véronique VION Kinésithérapeute Mission UTEP