Référence : MOD_2023349

Alternative non médicamenteuse à la douleur

Ce contenu saura s'adapter à vos contraintes en termes de contenu, durée, séquencement, modalités... De ce fait, ce n'est pas un programme de formation.

L'exemple fourni ci-dessous est d'une durée de : 7,00 heures.

OBJECTIFS

Présenter les techniques de soins non médicamenteuses mobilisables face à la douleur.
Apprendre à connaître les différents types de traitements non médicamenteux et à les proposer de façon adaptée à chaque situation rencontrée.

DESCRIPTION

INTRODUCTION

- Présentation du formateur, du programme et des objectifs
- Positionnement des stagiaires : questions, attentes
- Evaluation préformation

CONTENU

ETAT DES LIEUX SUR LA DOULEUR

- Aspects historiques
- Aspects législatifs
- Exigence éthique

LES MECANISMES DE LA DOULEUR

- Les composantes de la douleur
- Les types de douleur
- Les origines de la douleur
- Données physiologiques sur la douleur
- L'impact psychologique de la douleur

LES STRATEGIES THERAPEUTIQUES NON MEDICAMENTEUSES

Techniques de neurostimulation

- Techniques non invasives
  - la neurostimulation électrique transcutanée (TENS)

- la stimulation magnétique transcrânienne répétitive (rTMS)
- Techniques invasives
  - la stimulation médullaire : pour les douleurs neuropathiques rebelles ;
  - la stimulation des nerfs périphériques : utilisation limitée ;
  - la stimulation du cortex moteur : utilisée dans les douleurs neuropathiques centrales rebelles ;
  - la stimulation cérébrale profonde : si échec des autres techniques

Thérapies physiques

- La kinésithérapie
- La physiothérapie est définie par l'utilisation d'agents physiques dans la pratique kinésithérapeutique
  - électrothérapie (dont la TENS) ;
  - vibrations mécaniques (ultrasons, infrasons, ondes de choc-tendinites) ;
  - courants de haute fréquence ;
  - bio-feed-back ;
  - thermothérapie (chaleur), fangothérapie (boue), parafangothérapie (paraffine) et froid (cryothérapie) ;
  - hydrothérapie/balnéothérapie.
- Le toucher et les massages

Thérapies à visée psychologique

- La psychothérapie
- Les thérapies cognitives et comportementales (TCC) sont basées sur les théories de l'apprentissage,
- La relaxation vise l'obtention d'une détente musculaire et mentale.
- La sophrologie est une autre méthode de relaxation
- Les techniques de méditation et de pleine conscience sont basées sur des notions comme l'acceptation et l'engagement.

Thérapies complémentaires

- Acupuncture
- La réflexologie et l'auriculothérapie
- L'ostéopathie
- L'homéopathie
- Le tai chi et le qi gong

Traitement placebo

Le placebo est une substance inerte, pharmacologiquement inactive, délivrée dans un contexte thérapeutique (du latin *placebo*, futur du verbe « plaire », « pour plaire au patient »). Il est répertorié dans le Vidal comme médicament dépourvu d'action propre.

LA PRISE EN CHARGE SOIGNANTE

-> *Travail à partir de la réalité professionnelle et de patients pris en charge*

LES DIFFICULTES DES SOIGNANTS FACE A UN PATIENT DOULOUREUX

- Les mécanismes de défense et le ressenti

- L'éthique comme questionnement : une réponse aux difficultés des soignants

-> *Identification et étayage autour de situations de soins*

BILAN DE LA FORMATION

- Tour de table : retour des stagiaires au regard des objectifs présentés
- Evaluation post formation

PUBLIC

Ensemble du personnel soignant

PROFIL DU / DES FORMATEUR(S)

Infirmière – Formatrice,

DIU de traitement et prise en charge de la douleur