



Un seul objectif, partagé par tous les intervenants du programme :

Améliorer votre qualité de vie au quotidien avec votre douleur chronique



Pour tout renseignement, contactez :

Le secrétariat de la Consultation douleur chronique

04 71 04 38 29

Du lundi au vendredi

La coordination de la Consultation Douleur chronique

(Mr Raoul CROUZOLON)

Coordonnées ci-dessus



Consultation Douleur chronique

Mieux vivre avec ma douleur chronique

Une équipe pluridisciplinaire à votre écoute :

*Médecin algologue,
Infirmier,
Psychologue,
Psychomotricienne,
Kinésithérapeute*

Accès aux programmes

① L'entrée dans le **programme d'initiation** se fait sur prescription du médecin algologue de la consultation douleur chronique, à la demande de votre médecin traitant.

② Le **programme de renforcement** est accessible uniquement aux patients qui ont participé au programme d'initiation.

Au début de chacun des 2 programmes

Un bilan sera réalisé par les professionnels de l'équipe pour:

- ⇒ Echanger sur votre quotidien avec la douleur, votre traitement, vos difficultés au quotidien...
- ⇒ Définir ensemble vos attentes et vos besoins
- ⇒ Construire et organiser ensemble votre **programme personnalisé (cf. ci-contre)** selon vos priorités et objectifs.

A la fin de chacun des 2 programmes

Un bilan sera réalisé par les professionnels de l'équipe pour évaluer ensemble:

- ⇒ L'atteinte de vos objectifs
- ⇒ Votre satisfaction concernant le programme
- ⇒ Vos besoins complémentaires.

① Programme d'initiation La douleur chronique et son traitement

Dans le cadre de ce programme d'initiation, nous vous proposons **différents ateliers collectifs, au choix :**

- ⇒ **Mieux comprendre les douleurs**
(Médecin algologue + Infirmier)
- ⇒ **La douleur sous toutes ses formes**
(Psychologue + Psychomotricienne)
- ⇒ **Le cycle de la douleur**
(Médecin algologue + Infirmier)
- ⇒ **Les thérapeutiques médicamenteuses**
(Médecin algologue + Infirmier)
- ⇒ **Savoir se détendre au quotidien**
(Kinésithérapeute)
- ⇒ **Ma relation avec les autres et ma douleur chronique**
(Psychologue + psychomotricienne)
- ⇒ **Les thérapeutiques non médicamenteuses**
(Infirmier)

② Programme de renforcement : Ressources et outils à visée antalgique

Dans le cadre de ce programme de renforcement, nous vous proposons **différents ateliers collectifs, au choix :**

- ⇒ **Mieux dormir pour avoir moins mal**
(Médecin algologue + Infirmier)
- ⇒ **L'hypnose à visée antalgique**
(Médecin hypnothérapeute)
- ⇒ **Utiliser les huiles essentielles à visée antalgique**
(Phyto-aromathérapie, olfactothérapie)
(Infirmier naturopathe)
- ⇒ **Bouger en douceur**
(Balnéothérapie, travail corporel)
(Kinésithérapeute + psychomotricienne)

