

Quand on a un cancer, on a parfois peur d'avoir mal. La douleur, pourtant, ça se traite. Le médecin et l'infirmière sont là pour aider.

Il y a plusieurs raisons pourquoi les personnes atteintes d'un cancer ont de la douleur. Celle-ci peut être causée par le cancer (p. ex., celui-ci peut exercer une pression sur des os, des nerfs ou des organes), par son traitement ou par d'autres maladies qui n'ont rien à voir ni avec le cancer ni avec son traitement (p. ex., l'arthrite).



## Comment traite-t-on la douleur?

Dans la plupart des cas, la douleur du cancer se traite par des médicaments appelés **analgésiques**. Les moyens utilisés pour traiter le cancer — p. ex., la chimiothérapie, la radiothérapie et la chirurgie — peuvent aussi aider à atténuer la douleur.

Les analgésiques dont on se sert varient selon la nature de la douleur. Ils sont présentés dans le tableau ci-dessous.

| Nature de la douleur   | Analgésiques  |
|--|---|
| Douleur peu intense<br>Douleur peu ou assez intense                | <ul style="list-style-type: none"><li>• Acétaminophène (ex. : Tylenol®)</li><li>• Anti-inflammatoires non stéroïdiens (ex. : Naprosyn®)</li></ul> |
| Douleur assez ou très intense<br>Douleur très intense              | <ul style="list-style-type: none"><li>• Opiacés (ex. : morphine, fentanyl, Tylenol n° 3® et Dilaudid®)</li></ul>                                  |
| Sensation de piquûre ou de brûlure<br>Douleur causée par l'enflure | <ul style="list-style-type: none"><li>• Antidépresseurs et autres médicaments (ex. : Elavil® et corticoïdes)</li></ul>                            |

Sachez que :

- Vous **ne** deviendrez **pas** dépendant des analgésiques si vous les prenez comme il est prescrit.
- Vous ne devriez jamais taire votre douleur. Si vous avez mal, dites-le tout de suite à votre équipe médicale.

- Vous ne devriez jamais penser qu'on ne peut rien contre la douleur.
- Dans la plupart des cas, on peut supprimer ou atténuer la douleur, quelle qu'en soit la nature, avec un ou plusieurs analgésiques.

## Comment faire face à la douleur?

---

- Si vous avez mal, dites-le tout de suite à votre médecin ou à votre infirmière. N'attendez pas que votre médecin ou votre infirmière vous le demande.
- Si votre médecin vous prescrit un analgésique, prenez-le quand vous êtes censé le faire. De plus, notez-en le nom.
- Prenez des notes sur votre douleur, en répondant aux questions suivantes :
  - Quelle en est la nature? Autrement dit, est-ce, par exemple, une sensation de piquûre ou de brûlure, une douleur pulsatile (ou battante) ou une douleur vive?
  - Quand a-t-elle commencé?
  - Où se trouve-t-elle?
  - Est-elle peu, assez ou très intense?
  - Qu'est-ce qui en augmente ou en diminue l'intensité?
  - Se déplace-t-elle (p. ex., jusqu'aux jambes)?
- Détendez-vous en respirant profondément ou par d'autres moyens. La tension musculaire, la nervosité et l'inquiétude peuvent accentuer la douleur.
- Prenez toute la quantité d'analgésique qu'on vous a prescrite. L'analgésique n'aggraver pas le cancer et n'aura pas d'effet sur l'efficacité de son traitement.

## Quels sont les effets secondaires des analgésiques?

---

Certaines personnes ne présentent pas d'effets secondaires. D'autres en présentent peu, assez ou beaucoup. Votre équipe médicale vous donnera plus de détails sur les effets secondaires que vous risquez de présenter et sur la façon d'y faire face.

## Questions à poser à votre équipe médicale

---

- La douleur que je ressens est-elle causée par mon cancer ou par le traitement de mon cancer?
- Quel analgésique peut-on me prescrire?
- Y a-t-il d'autres moyens de traiter ma douleur?
- Combien de temps faudra-t-il à l'analgésique pour agir?
- Que faire si l'analgésique n'agit pas?
- Si l'analgésique a des effets secondaires, comment me défaire de ceux-ci?
- Y a-t-il certaines douleurs dont je devrais vous parler tout de suite? Dans quels cas puis-je attendre jusqu'à mon prochain rendez-vous?



---

Cette feuille de renseignements est faite pour compléter les renseignements que vous donne votre équipe médicale et pour vous encourager à poser des questions à celle-ci. Elle **ne** remplace **pas** les renseignements que vous donne votre équipe médicale.

« Apprivoiser son cancer » est un partenariat entre des personnes atteintes d'un cancer, des professionnels de la santé, des représentants d'organismes de lutte contre le cancer et d'organismes professionnels ainsi qu'Ortho Biotech. Le partenariat « Apprivoiser son cancer » remercie le Queen Elizabeth II Health Sciences Centre à Halifax d'avoir collaboré à cette feuille de renseignements.

Centre d'information « Apprivoiser son cancer »

Téléphone : 1 877 909-5992; Télécopieur : 1 877 909-5991; Courriel électronique : [info@apprivoisersoncancer.com](mailto:info@apprivoisersoncancer.com)

Imprimé au Canada. Mai 2001.  
LWWC113F-2001