

# NORMES DE QUALITÉ

## Sommaire pour la douleur chronique

Ce document est une ressource pour les fournisseurs de soins de santé et résume le contenu de la norme de qualité sur la [Douleur chronique](#) (TOC). Cette ressource peut être utilisée pour appuyer les fournisseurs de soins dans la prestation des soins, mais elle n'outrepasse pas la responsabilité des fournisseurs de soins de prendre des décisions avec des patients, après avoir tenu compte des circonstances uniques de chaque patient.

### Évaluation complète et établissement d'objectifs

#### Énoncé de qualité (ÉQ) 1 : Évaluation complète

Les personnes atteintes de douleur chronique reçoivent une évaluation complète qui tient notamment compte de leurs capacités fonctionnelles et des déterminants sociaux de la santé.

Effectuez une évaluation complète qui tient notamment compte des capacités fonctionnelles et des déterminants sociaux de la santé. Utilisez des outils d'évaluation adaptés ou de substitution pour les personnes qui ne peuvent pas faire elles-mêmes état des douleurs ressenties ou de leurs capacités fonctionnelles.

#### ÉQ 2 : Établissement d'objectifs pour la gestion de la douleur et l'amélioration fonctionnelle

Les personnes atteintes de douleur chronique établissent des objectifs pour la gestion de la douleur et l'amélioration fonctionnelle. Elles évaluent régulièrement ces objectifs avec leurs professionnels de la santé.

Travaillez avec ces personnes à l'établissement d'objectifs spécifiques, mesurables, atteignables, pertinents et limités dans le temps (SMART) pour la gestion de la douleur et l'amélioration des capacités fonctionnelles, et évaluez régulièrement ces objectifs ensemble.

### Planification du traitement, autogestion et interventions

#### ÉQ 3 : Aide à l'information et à l'autogestion

Les personnes atteintes de douleur chronique reçoivent de l'information et sont encouragées à accéder à des ressources ou à des programmes d'autogestion dans le cadre d'une stratégie de gestion à long terme et sont soutenues à cet égard.

Informez les personnes atteintes de douleur chronique et leur famille, et encouragez-les à avoir recours à des ressources ou à des programmes d'autogestion dans le cadre d'une stratégie à long terme de gestion de la douleur. Tenez-vous au courant des programmes et des ressources offerts dans votre collectivité.

#### ÉQ 4 : Activité physique

Les personnes atteintes de douleur chronique sont encouragées à faire de l'activité physique régulièrement et sont soutenues dans cette démarche.

Encouragez ces personnes à faire quotidiennement de l'activité physique et soutenez-les dans cette démarche.

Prescrivez une démarche d'augmentation progressive de l'activité physique pour atténuer les craintes entourant l'aggravation de la douleur.

#### ÉQ 5 : Thérapies physiques

Les personnes atteintes de douleur chronique sont encouragées à utiliser des thérapies physiques et sont soutenues dans cette démarche.

Travaillez avec ces personnes à l'établissement d'un plan d'interventions physiques à expérimenter en fonction des besoins uniques liés à leur douleur chronique.

#### ÉQ 6 : Exercice thérapeutique

Les personnes atteintes de douleur chronique sont encouragées à participer à des séances d'exercice thérapeutique et sont soutenues dans cette démarche.

Travaillez avec ces personnes à l'établissement d'un plan d'exercices thérapeutiques à expérimenter en fonction des besoins uniques liés à leur douleur chronique.

## ÉQ 7 : Pharmacothérapie

Les personnes atteintes de douleur chronique se voient offrir une pharmacothérapie sans opioïdes comme traitement de premier recours pour la douleur chronique. Les médicaments sont régulièrement réévalués quant à leur efficacité dans l'atteinte des objectifs pour la gestion de la douleur et l'amélioration fonctionnelle.

Prescrivez à ces personnes une combinaison de médicaments non opiacés et de traitements non médicamenteux comme traitement de première intention. Vérifiez régulièrement si les médicaments permettent d'atteindre les objectifs du patient en matière de gestion de la douleur et d'amélioration des capacités fonctionnelles. Consultez l'outil [Management of Chronic Non-Cancer Pain](#) (*en anglais seulement*) pour obtenir des indications qui aideront les fournisseurs de soins primaires à prescrire des médicaments contre la douleur chronique.

## ÉQ 8 : Interventions psychologiques

Les personnes atteintes de douleur chronique ont accès à une évaluation psychologique et à des interventions psychologiques appropriées.

Déterminez si ces personnes doivent faire l'objet d'interventions psychologiques. Offrez-leur des interventions psychologiques directement ou aiguillez-les vers de telles interventions pour les aider à améliorer leurs capacités d'adaptation et leur qualité de vie. Utilisez des outils tels que le [BPI](#) (*en anglais seulement*) ou le Questionnaire sur la santé du patient ([PHQ-9](#)) pour évaluer les effets des interventions psychologiques.

## ÉQ 9 : Soutien psychologique

Les personnes atteintes de douleur chronique, leur famille et leurs aidants naturels ont accès à du soutien psychologique qui tient compte de leurs besoins émotionnels, sociaux, culturels, cognitifs, spirituels ou d'accessibilité. Le soutien psychologique peut comprendre le savoir, la médecine et les pratiques de guérison traditionnelles douleur chronique, s'il y a lieu.

Veillez à ce que le bien-être psychosocial global des personnes atteintes de douleur chronique, de leur famille et de leurs aidants soit évalué et que leurs besoins soient pris en compte dans le plan de soins. Aiguillez les patients vers des services de soutien, au besoin.

## ÉQ 10 : Gestion interventionnelle de la douleur chronique

Les personnes atteintes de douleur chronique ont accès à la gestion interventionnelle, lorsqu'elle est cliniquement recommandée, combinée avec d'autres stratégies et interventions dans le cadre d'une approche interprofessionnelle pour la gestion de la douleur chronique.

Songez à expérimenter une démarche de gestion interventionnelle pour les personnes peinant à atteindre leurs objectifs de gestion de la douleur et d'amélioration des capacités fonctionnelles. Prenez vos décisions en collaboration avec le patient, ainsi qu'avec sa famille et ses aidants. Renseignez-les sur l'efficacité et les avantages potentiels des traitements et des stratégies ainsi que sur les dangers de ceux-ci. Mettez fin à la gestion interventionnelle en cas d'amélioration insuffisante de la douleur et des capacités fonctionnelles.

## Aiguillage, transitions de soins et coordination des soins

### ÉQ 11 : Accès et aiguillage à un programme interprofessionnel de gestion de la douleur chronique

Les personnes dont la qualité de vie est considérablement affectée par la douleur chronique sont aiguillées par leur professionnel de la santé dans un programme interprofessionnel de gestion de la douleur chronique. Elles obtiennent un premier rendez-vous dans les trois mois suivant l'aiguillage.

Aiguillez ces personnes vers un programme interprofessionnel de gestion de la douleur chronique auquel elles ont accès si leur douleur nuit à leur qualité de vie, si leurs objectifs en matière de gestion de la douleur et d'amélioration des capacités fonctionnelles ne sont pas atteints ou si d'autres traitements multimodaux ne leur ont pas été bénéfiques.

## ÉQ 12 : Transitions et coordination des soins

Les personnes atteintes de douleur chronique reçoivent des soins en temps opportun et axés sur la collaboration pendant et après leurs transitions des soins de santé.

Veillez à ce que ces personnes vivent des transitions coordonnées et harmonieuses entre les différents milieux

et fournisseurs de soins de santé. Cela nécessite de faciliter la communication entre les différents milieux et d'autres processus connexes. Veillez à ce qu'un plan de soins collaboratifs appuyant la continuité des soins soit élaboré et distribué à tous les membres de l'équipe de soins.

### Ressources

- [La norme de qualité](#) et [le guide du patient et de la famille](#) sur la douleur chronique bit.ly/3rXt1TN
- [La norme de qualité](#) et [le guide du patient et de la famille](#) sur la lombalgie bit.ly/3q8NKn7
- [La norme de qualité](#) et [le guide du patient et de la famille](#) sur l'arthrose bit.ly/43WmJkx
- [La norme de qualité](#) et [le guide du patient et de la famille](#) sur la prescription d'opioïdes pour soulager la douleur chronique bit.ly/44PAgvq
- [Clinically Organized Relevant Exam \(CORE\) Neck Tool and Headache Navigator](#) (*en anglais seulement*) bit.ly/40pFOKj
- [Diagnostic Imaging Appropriateness in Primary Care](#) (*en anglais seulement*) bit.ly/40r4amN – quatre parcours d'imagerie
- [NeuroNova Centre's Mindfulness-Based Chronic Pain Management Course](#) (*en anglais seulement*) bit.ly/3Lc3Lzd – cours en ligne destinés aux personnes atteintes de douleur chronique et de stress chronique
- [Ressources pour la gestion de la douleur en Ontario](#) bit.ly/3DID01G – récapitulatif des ressources sur la gestion de la douleur offertes aux cliniciens
- [Douleur U en ligne](#) bit.ly/3ondDhD – modules d'apprentissage en ligne sur la gestion de la douleur chez les personnes atteintes de douleur chronique
- [Institut universitaire de médecine de la douleur de Toronto](#) bit.ly/3rMdrdp – ressources destinées aux patients et aux professionnels de la santé

Vous trouverez des outils et ressources supplémentaires sur [Quorum](#) (*en anglais seulement*) bit.ly/3As2kY6