



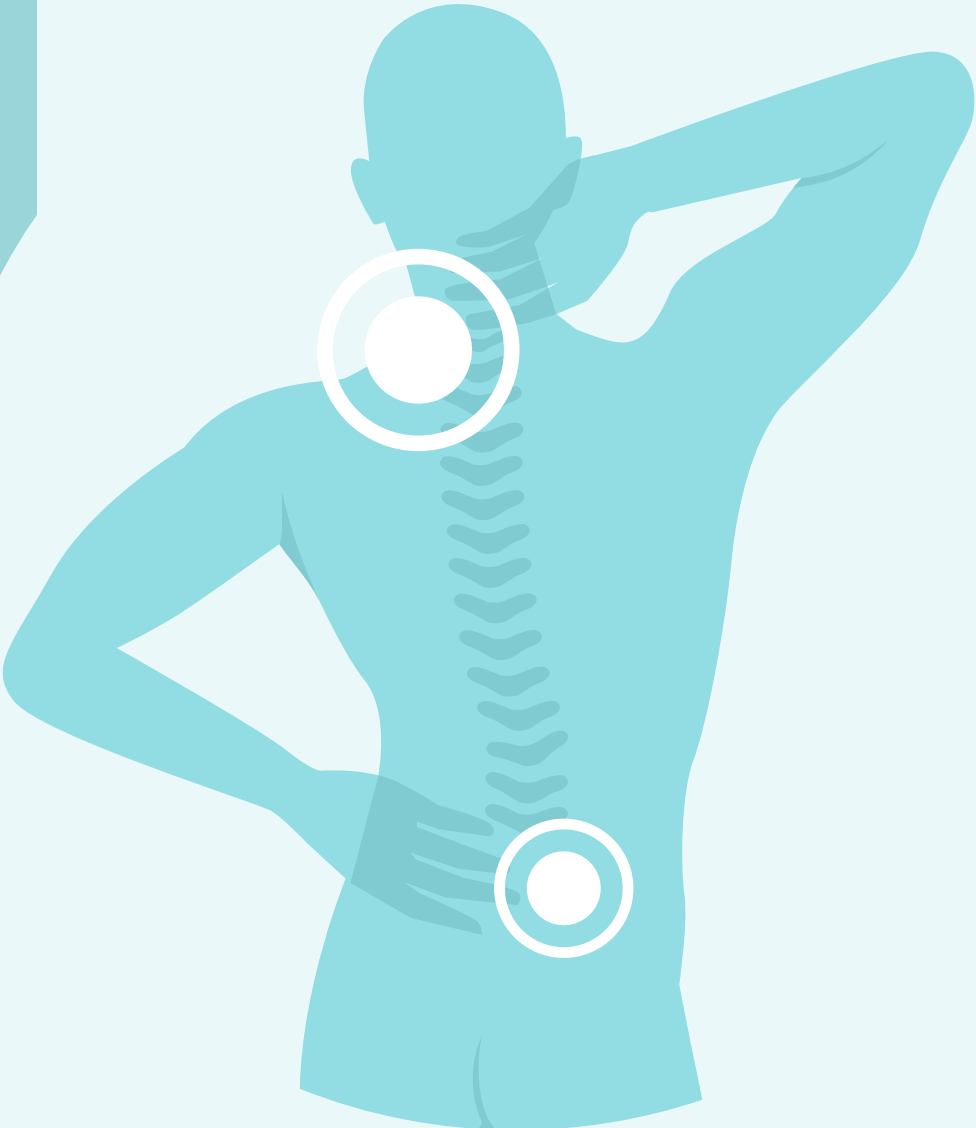
Document conseil

maela

Le suivi médical connecté

**LA GESTION
DE LA DOULEUR**

**Après une intervention
chirurgicale**



QUELLE DOULEUR APRÈS UN GESTE CHIRURGICAL ?



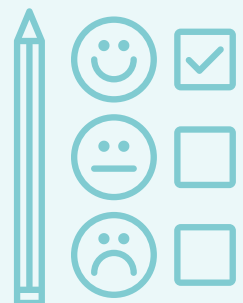
Un geste chirurgical peut, de par sa nature, générer une douleur aigüe.

La durée de la douleur aigüe, en cas de chirurgie traditionnelle, est le plus souvent de 48 heures. Elle devrait diminuer progressivement.

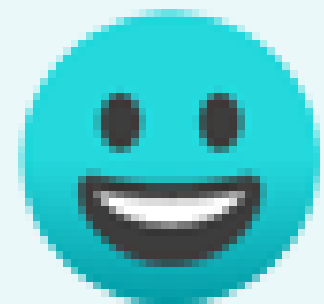


Dans vos questionnaires quotidiens de suivi Maela, nous vous demanderons d'évaluer votre douleur sur une échelle de 0 à 10.

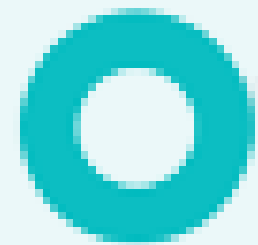
Mais à quoi correspond cette échelle?



VOICI UN VISUEL PLUS SIMPLE POUR VOUS AIDER :



0

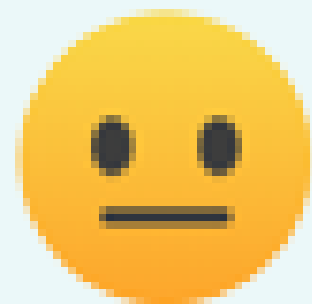


**Pas de
douleur**



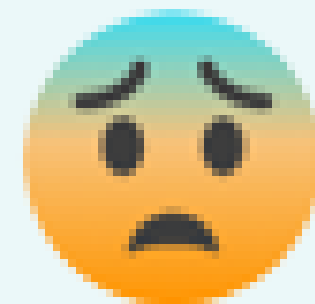
2

**Douleur
légère**



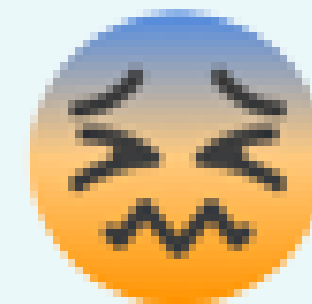
4

**Douleur
modérée**



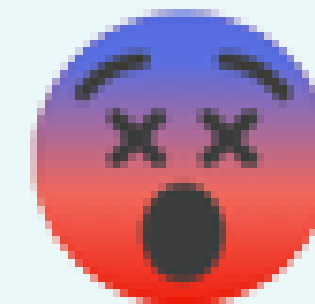
6

**Douleur
sévère**



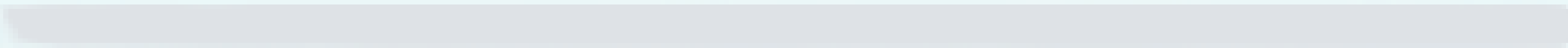
8

**Douleur
très sévère**



10

**Douleur
insupportable**

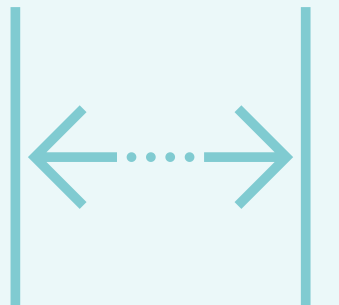


COMMENT GÉRER LA DOULEUR ?



Plus la douleur s'installe plus elle est difficile à faire partir.
Afin de la limiter : il est important de prendre ses antidouleurs
en suivant sa prescription médicale.

Lorsque la douleur diminue
vous pouvez commencer à espacer les prises d'antalgique.



Nous vous conseillons également d'appliquer régulièrement
une poche de froid/glace au niveau de la cicatrice.
Le froid ayant une très bonne action antalgique et anti-inflammatoire.

COMMENT GÉRER LA DOULEUR ?

La mobilisation est également essentielle pour limiter l'apparition de douleur chronique et de complication post-opératoire. Nous vous encourageons à éviter la position statique et immobile après votre intervention.



En cas de douleur non gérable malgré la prise d'antalgique ou de questions, n'hésitez pas à contacter votre infirmière de suivi Maela pour faire le point.

Contactez le plateau infirmier Maela
au **04 81 68 25 26** ou via la **messagerie**
sécurisée de votre application