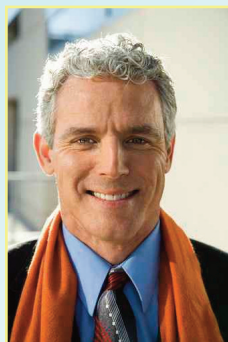


## DES CENTRES ANTI-DOULEUR SONT À VOTRE DISPOSITION EN MEURTHE ET MOSELLE

- **HOPITAL CENTRAL**, Unité d'Évaluation et de Traitement de la Douleur,  
29 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny, 54000 NANCY  
**Tél 03 83 85 22 56**
- **Centre ALEXIS VAUTRIN**, Service Interdisciplinaire  
de Soins de Support pour les Patients en Oncologie,  
Avenue de Bourgogne, 54500 VANDŒUVRE LES NANCY  
**Tél 03 83 59 84 88**
- **CLINIQUE DE GENTILLY**, Consultations Anti Douleur,  
Rue Marie Marvingt, 54000 NANCY  
**Tél 03 83 93 50 55**



# J'ai mal !



La Sous Commission  
"Qualité, Gestion des risques et Vigilances"  
Septembre 2009

**La douleur n'existe pas sans raison  
Ne la laissez pas s'installer  
On peut prévenir la douleur  
On peut la traiter**



## J'EN PARLE

- Autour de moi
- Aux infirmier(e)s
- A mon médecin
- A mon pharmacien

Ils peuvent faire quelque chose pour me soulager



# FICHE CONSEIL

# 13

# TOUT LE MONDE PEUT AVOIR MAL

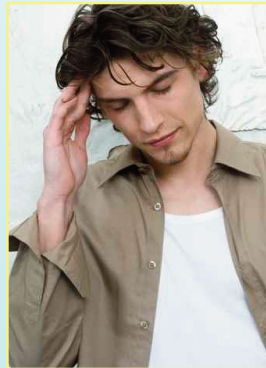
Le nourrisson



L'enfant



L'homme



La personne âgée



La femme



**LA DOULEUR EST UN SIGNAL D'ALARME**

# DES MOYENS EXISTENT POUR SOULAGER VOTRE DOULEUR

## ◆ Des médicaments

- Consultez votre médecin qui pourra faire une prescription.  
*Votre traitement est pour vous personnellement. Il ne doit pas être utilisé pour quelqu'un d'autre*



- Ne prenez pas vous-même des médicaments, sans prescription
- Respectez les doses, les heures de prises, la durée du traitement

## ◆ La kinésithérapie

## ◆ La relaxation

## ◆ D'autres techniques



**Votre médecin vous orientera**

**TRAITER LA DOULEUR, CELA PEUT PRENDRE DU TEMPS**