

L'AURIEZ-VOUS DEVINÉ ?

MES DOULEURS NEUROPATHIQUES
SONT UN HANDICAP INVISIBLE !



7% DE LA POPULATION VIT AVEC
DES DOULEURS NEUROPATHIQUES

LES DOULEURS NEUROPATHIQUES :

INVISIBLES MAIS BIEN RÉELLES !

7% de la population vit avec des douleurs neuropathiques. Ce sont des douleurs qualifiées de "rebelles" car elles ne sont pas soulagées par les antalgiques habituels.

1 QU'EST CE QUE LES DOULEURS NEUROPATHIQUES ?

Les douleurs neuropathiques sont liées à une **lésion du système nerveux central**, composé du cerveau et de la moëlle épinière, **ou des nerfs périphériques**.

Elles sont fréquemment décrites comme des **sensations de brûlure ou de décharges électriques**, associées à des fourmillements ou des picotements.

Elles sont aussi souvent associées à de **l'allodynie**, c'est-à-dire des douleurs provoquées par un stimulus habituellement indolore comme le toucher.

Leur diagnostic repose sur **leur description, le contexte de survenue et l'examen clinique**. Il est facilité par des échelles d'évaluation spécifique.¹



2 QUELLES EN SONT LES CAUSES ?

Tout d'abord, les douleurs neuropathiques peuvent persister à **distance d'un accident ou de la guérison d'une maladie**. Par exemple, un zona, un accident vasculaire cérébral ou un traumatisme de la moëlle épinière.

Elles sont aussi fréquemment **d'origine iatrogène**, c'est-à-dire provoquées par **un traitement médicamenteux ou une chirurgie**.

Enfin, les douleurs neuropathiques peuvent également survenir dans le cadre de **certaines maladies chroniques**,² comme le diabète, l'endométriose et la sclérose en plaques.



1. L'échelle DN4 est la plus utilisée. Elle comporte quatre questions et est remplie par la personne qui ressent les douleurs.

2. Vous pouvez trouver plus d'information dans les livrets de notre collection "4 questions et réponses sur les maux invisibles"

7% DE LA POPULATION VIT AVEC DES DOULEURS NEUROPATHIQUES

3 QUELS EN SONT LES RETENTISSEMENTS ?



Les douleurs neuropathiques sont **des douleurs souvent difficiles à soulager** : seule 1 personne sur 3 dit ressentir l'efficacité de son traitement.

Ainsi, ces douleurs chroniques ont **de multiples retentissements sur la vie quotidienne**. Par exemple, elles peuvent entraîner des difficultés à se déplacer, à entretenir des relations sociales ou à travailler.

Les douleurs neuropathiques altèrent la qualité de vie. Psychologiquement, elles peuvent entraîner la survenue d'une dépression ou d'anxiété.

Elles s'associent aussi souvent à **des troubles du sommeil et de la fatigue chronique** : 1 personne sur 2 se sent fatiguée en permanence et ne peut vivre normalement.

De plus, bien qu'handicapantes, les douleurs neuropathiques sont souvent invisibles. Ainsi, **elles peuvent s'accompagner d'une incompréhension de l'entourage**.

4 QUELLE PRISE EN CHARGE ?

Dans les douleurs neuropathiques, on privilégie :

- les **antidépresseurs** qui activent des structures du système nerveux capables de diminuer la douleur
- les **antiépileptiques** qui diminuent la conduction du message douloureux

Les **traitements non médicamenteux** sont également très utilisés comme la TENS³ et l'activité physique adaptée.

En cas de douleurs localisées, il est aussi possible d'utiliser des **traitements locaux** comme des patchs anesthésiants.

Dans certains cas, les douleurs sont rebelles aux traitements oraux et locaux. Il est alors possible de recourir⁴ à la **stimulation magnétique transcrânienne**, la **neurostimulation médullaire** ou aux perfusions de **kétamine**.



3. C'est un stimulateur électrique relié à des électrodes, appliquées sur la peau, qui bloque la transmission du message douloureux.

4. Voir notre livret d'information "4 questions et réponses sur les traitements invasifs de douleurs neuropathiques"

LIVRET D'INFORMATION

SUR LES DOULEURS NEUROPATHIQUES

Les douleurs neuropathiques sont invalidantes et leur prise en charge est souvent complexe. Voici un livret pour mieux les comprendre !

EN SAVOIR PLUS ?



@drawyourfight

Ce livret d'information a été créé par l'association DRAW YOUR FIGHT qui a pour objectif de sensibiliser aux handicaps visibles et invisibles. Elle apporte également son soutien à ceux qui sont concernés et leurs proches.

Ce livret a vu le jour grâce à l'aide de bénévoles et de professionnels de santé. Merci à eux d'y avoir consacré du temps et de leur énergie !

- Camille RACCA, Présidente de l'association DRAW YOUR FIGHT

créé par :



DRAW
YOUR
FIGHT

NOS SOURCES :

- Bouhassira et al, Prevalence of chronic pain with neuropathic characteristics in the general population, 2008
- Breivik et al, Survey of chronic pain in Europe, 2006
- Centre National de Ressources Douleur (CNRD) et Société Française d'Etude et de Traitement de la Douleur (SFETD), La douleur en questions, 2018
- Collège des Enseignants de Médecine de la Douleur (CEMD) pour la Formation en Soins Palliatifs (CNEFUSP), Douleurs, Soins palliatifs et accompagnement, 2021
- Danet et al, L'Etat de santé de la population en France, 2011
- Raja et al, the revised International Association for the Study of Pain (IASP), definition of pain, 2020
- Société Française d'Etude et de Traitement de la Douleur (SFETD), Livre Blanc de la douleur, 2017