



Questionnaire sur la douleur

Saisie des douleurs de :

Depuis quand ressentez-vous des douleurs ?

depuis aujourd'hui

depuis jours

depuis semaines

depuis mois

depuis

A quelle fréquence apparaissent les douleurs ?

en permanence

à intervalles de

minutes

heures

jours

Pouvez-vous établir une périodicité ?

précisez laquelle:

non



A quel moment les douleurs sont-elles
les plus vives ?

surtout pendant la journée
surtout pendant la nuit

les plus faibles ?

surtout pendant la journée
surtout pendant la nuit

Quelle est l'intensité de vos douleurs ?

La ligne ci-dessous représente une échelle d'intensité des douleurs. À l'aide de votre souris, faites glisser le curseur jusqu'à l'emplacement qui correspond le mieux aux douleurs que vous ressentez actuellement.



Dans cette fenêtre, vous pouvez constater à quelle valeur correspond l'endroit où vous avez cliqué :

Voici comment votre médecin interprète ce chiffre :

- 0 = pas de douleur
- 1-3 = douleurs faibles
- 3-5 = douleurs modérées
- 5-7 = douleurs intenses
- 7-9 = douleurs très intenses
- 9-10 = douleur maximale imaginable

Votre médecin peut vous remettre un dolomètre®, une règlette avec une échelle allant de 0 à 10, qui vous permettra au besoin de mesurer vos douleurs au moment de la mesure. Vous pouvez également vous procurer gratuitement un dolomètre® auprès de la Ligue suisse contre le cancer en téléphonant au 0844 85 00 00 ou le [commander directement en ligne](#).



Comment pourriez-vous décrire vos douleurs ?

vives

sourdes

brûlantes

qui tirent

qui vrillent

lancinantes

qui martèlent

térébrantes

irradiantes

irradiantes

Certaines positions influent-elles sur la douleur ?

Je ressens la plupart des douleurs,
lorsque je suis :

couché

assis

debout

en mouvement

Les douleurs diminuent,
lorsque je suis :

couché

assis

debout

en mouvement

Prenez-vous des médicaments antalgiques ?

non

oui, précisez lesquels

depuis

Si oui, quels sont leurs effets ?

soulagent toujours

soulagent parfois

ne soulagent jamais

je prends les médicaments suivant un horaire précis, c'est-à-dire

je prends les médicaments uniquement lorsque la douleur (ré)apparaît.





D'autres méthodes vous permettent-elles d'atténuer la douleur ?

non

chaleur

froid

mouvement

repos

massages

enveloppements

training autogène / Yoga

exercices de relaxation

méditation

prière

entretiens, par exemple avec

musique

peinture

poterie

dérivatif de toute nature

autres, notamment

Imprimer

Effacer

