

# Le patient

HELORA

PLUS QU'UN RÉSEAU HOSPITALIER

Le magazine de  
vos hôpitaux  
**Mensuel N° 08**  
JUIN 2023

Votre santé nous tient à cœur



**Des vacances zéro tracas :**  
nos conseils, passez l'été en santé

P. 4



**Imagerie médicale :**  
Scanner/radio

P. 6



**Module burn-out  
parental :** Inscrivez-vous!

P. 9



Mieux comprendre  
les **douleurs**

P. 10

Chers lecteurs,

L'été se profile depuis déjà quelques semaines et les conseils des professionnels de HELORA sont précieux pour des vacances en toute sécurité. 2 pages y sont consacrées, alors attardez-vous sur les sujets.

L'imagerie médicale est un atout au sein de nos 7 hôpitaux ! Une discipline en perpétuelle évolution, des investissements permanents pour être à la pointe de la technologie, une équipe fortement impliquée, qui font de HELORA un pôle de référence incontournable.

Le burn out parental peut toucher n'importe lequel d'entre nous ! L'hôpital de jour psychiatrique de l'hôpital de Tubize vous propose un module de prise en charge pour vous aider à reprendre plaisir à votre rôle de parent ! N'attendez pas avant d'agir et faites-vous aider en quelques semaines.

Un belge sur quatre souffre de douleurs chroniques et ne sait pas comment y remédier. Au sein de HELORA, des équipes d'algologie sont à l'écoute des patients et veillent à sensibiliser les équipes de soignants à cette problématique. Des cliniques de la douleur sont à votre disposition pour vous accompagner sur le chemin de la guérison. Nous vous invitons à les contacter afin de trouver la solution personnalisée à votre douleur.

Nous vous souhaitons une excellente lecture de ce dernier numéro du Patient, ainsi que de belles vacances « zéro tracas ».

Rendez-vous est pris en votre compagnie dès septembre.

Merci pour votre fidélité, chers lecteurs

**LE COMITÉ DE RÉDACTION**



Éditeur responsable | Sudinfo — Pierre Leerschool —  
Rue de Coquelet, 134 - 5000 Namur  
Rédaction | Caroline Boeur  
Coordination | France Brohée — Sophie De Norre —  
Jérémie Mathieu — Vincent Lievin  
Sélection des sujets | Comité de rédaction de HELORA  
Mise en page | Creative Studio | Impression | Rossel Printing



# Des vacances zéro tracas

## Grâce à nos conseils,

### Clinique du voyage

## Mieux vaut prévenir que guérir

Vous partez dans un pays exotique ? Vous emmenez toute la famille en safari ? Vous allez faire le plein d'aventure durant un road trip ? Pour que votre périple se passe le mieux possible, il est toujours intéressant de prendre rendez-vous avec votre médecin ou dans une Clinique du voyage. Les médecins y sont spécialisés en Médecine du Voyage et pourront vous informer sur les vaccins nécessaires ainsi que les précautions à prendre avant, pendant et après votre séjour. Rencontre avec le Dr Camélia Rossi, cheffe de service des Maladies Infectieuses au Centre de Vaccination International Agréé du CHU Ambroise Paré à Mons.

**Pourquoi consulter une Clinique du voyage avant de partir ?**

« Selon la destination, il peut y avoir des vaccinations à réaliser et/ou diverses précautions à prendre comme par exemple une prévention médicamenteuse antimalarique. Nous conseillons également les voyageurs sur les meilleurs moyens de se protéger des piqûres d'insectes, sur l'hygiène des mains, sur les infections sexuellement transmissibles (IST), sur les risques de thrombose veineuse profonde en cas de long vol, sur les morsures d'animaux et la rage, sur le mal de l'altitude, sur les dangers d'une mauvaise qualité de l'eau... »

**Pourquoi est-ce important de se faire vacciner quand on part dans certains pays ?**

« D'une part, la vaccination prévient à 100 % certaines maladies potentiellement graves comme la fièvre jaune ou l'hépatite A. D'autre part, le vaccin de la fièvre jaune est obligatoire pour entrer dans certains pays d'Afrique Sub-saharienne et d'Amérique du Sud, qui exigent que vous possédiez un Carnet de Vaccination en ordre (carnet jaune - voir photo) délivré uniquement dans un Centre de Vaccination Agréé. De même, le vaccin contre la méningite à méningocoque est obligatoire pour se rendre à la

# zéro tracas s, passez l'été en santé



CAMÉLIA  
ROSSI

Cheffe de service des  
Maladies Infectieuses au  
Centre de Vaccination  
International Agréé du  
CHU Ambroise Paré à Mons

Mecque ou est indiqué dans certaines régions d'Afrique Subsaharienne (ceinture des méningites) à certaines périodes de l'année. D'autres vaccins sont indiqués au cas par cas et selon le pays visité tels que le vaccin contre la fièvre typhoïde, la rage, l'encéphalite japonaise, l'hépatite B. Nous proposons aussi de remettre en ordre les vaccinations de base (tétanos/diphtérie/polio). Le profil du patient, son statut immunitaire et ses comorbidités influencent également la prise en charge préventive. Pour tout cela, il est important de prendre rendez-vous, si possible, un mois avant votre départ.»

## Et la malaria? Comment s'en protéger?

« Parmi les maladies transmises par les moustiques, la malaria, aussi appelée paludisme, est

principalement présente dans certains pays d'Afrique, mais aussi d'Asie du Sud-Est et d'Amérique du Sud. Il n'existe à l'heure actuelle pas de vaccin contre la malaria pour les voyageurs. Nous expliquons les mesures de prévention mécaniques, surtout pour le soir et la nuit, avec l'application d'un répulsif efficace, le port de vêtements clairs et couvrants, l'utilisation de moustiquaire imprégnée de perméthrine et si nécessaire une médication antipaludique adaptée.»

## Que faire contre la diarrhée du voyageur?

« Communément appelée turista, elle est très fréquente et causée par des boissons ou aliments contaminés par des germes. Avoir une bonne hygiène des mains, éviter de consommer l'eau du robinet, les glaçons, les aliments

crus (fruits, légumes, poissons...) diminue le risque, mais ne sont pas toujours faciles/possibles d'application. Selon l'importance des diarrhées, la présence de sang, de glaires dans les selles ou de signes généraux, le traitement sera adapté. Il s'agit d'éviter la déshydratation, en particulier chez les jeunes enfants et les personnes âgées ou déjà fragilisées, en recourant à des solutions de réhydratation (SRO), voire parfois la prise d'antibiotiques.»

## Au retour, à quoi rester attentif?

« Toute fièvre qui survient sur place, au retour ou dans les 3 à 6 mois après le voyage nécessite une consultation afin d'exclure certaines pathologies comme la dengue, la malaria...»



Téléchargez notre carnet  
du voyageur ici



# Un dispensaire, mais pour quoi faire ?

Le dispensaire est un établissement de santé qui dépend d'un organisme public ou privé où l'on dispense des soins. Il vient en complément de l'hôpital. Il permet d'assurer un suivi optimal après une prise en charge aux urgences ou une opération chirurgicale, il assure un lien avec les maisons de repos et les infirmières à domicile et il prend en charge tout patient qui en fait la demande, comme l'explique France Coupé, infirmière en chef du dispensaire de Mons-Warquignies. « Suivis postopératoires chirurgicaux, plâtres, stomies, mais aussi plaies simples ou complexes, coupures, brûlures... Ce

que nous faisons est assez vaste. Nous sommes très polyvalentes. Et c'est ce qui fait la richesse de ce métier. Nos patients nous sont envoyés par les médecins de l'hôpital ou viennent par eux-mêmes. Nous leur prodiguons des soins personnalisés et les prenons en charge de manière interdisciplinaire. Nous collaborons au quotidien avec les médecins, les maisons de repos, les infirmiers, les médecins traitants... » Au dispensaire de Mons-Warquignies, une équipe réactive, bienveillante et empathique est à votre disposition pour soigner tous vos petits et grands bobos estivaux.



## Interventions les plus courantes en été

1. Les brûlures dues entre autres aux barbecues
2. Les plaies avec des outils de jardinage
3. Les piqûres d'insectes
4. Les coups de soleil

**Le dispensaire de Mons-Warquignies est accessible du lundi au vendredi de 8 h à 16 h. Sur rendez-vous uniquement. Mons : 065/44.97.00. Warquignies : 065/38.55.53.**

## Prévention

# Tout savoir sur la maladie de Lyme

Crainte des promeneurs et des scouts, la maladie de Lyme n'est pourtant pas si courante. En Belgique, environ 10 % des tiques sont infectées. Et après une morsure, le risque de développer la maladie est d'environ 1 à 2 %. En 2020, le taux d'incidence annuel était estimé à 91 cas pour 100 000 habitants. Un taux en augmentation notamment à cause du réchauffement climatique et du fait que l'on connaît mieux la maladie. S'il ne faut pas paniquer, il faut cependant rester prudent et respecter certaines règles de précaution, comme le recommande le Dr Jean-Pierre Chamé, médecin interniste et infectiologue au Pôle Hospitalier Jolimont.

## C'est quoi la maladie de Lyme ?

« Également appelée borréliose de Lyme, c'est une maladie infectieuse due à une bactérie qui est transmise par la morsure d'une tique infectée. »

## Quels sont les symptômes ?

« La maladie de Lyme évolue en 3 phases. 3 à 30 jours après la piqûre de tique, une lésion cutanée rouge et ovale (érythème migrant) survient à l'endroit de la piqûre. Des maux de tête, des douleurs articulaires, une légère fièvre et/ou une fatigue peuvent

également apparaître. En phase 2, les symptômes sont plus marqués : érythèmes et autres affections dermatologiques, paralysies, vertiges, troubles cardiaques, atteintes ophtalmiques, rhumatismes. En stade 3, la maladie de Lyme devient chronique et les symptômes sont décuplés : forte fatigue, rhumatismes douloureux, troubles neurologiques. Ce cas de figure reste cependant vraiment très rare. »

## Quand faut-il consulter ?

« Il est primordial de consulter votre médecin généraliste si vous n'arrivez pas à enlever la tique et/ou que vous n'avez





## Les gestes qui sauvent

# Un accident? Réagissez correctement!

Jardinage, jeux d'extérieur, baignade, balade à pied ou en vélo, barbecue... L'été est propice aux petits et grands accidents. Et cela concerne en particulier les enfants. Une chute, une brûlure, une asphyxie, une intoxication, une morsure, une piqûre, une coupure, une fracture... Quelle que soit la situation, reprenez ces 3 étapes.

### 1. Évaluer la situation

Vérifiez qu'il n'existe aucun autre danger (circulation, risque d'incendie...) avant d'aller secourir une victime.

### 2. Vérifier l'état de la victime

Une fois auprès de la personne, évaluez son état. La victime respire-t-elle, est-elle consciente, est-elle blessée? Si oui, est-ce grave? Essayez de la rassurer autant que vous le pouvez.

### 3. Prévenir les secours

Appelez le 112 et donnez un maximum d'informations : votre nom et l'adresse complète où les secours doivent se rendre, l'âge de la victime et son état de santé. Expliquez ce qu'il s'est passé avec le plus de détails possible. Continuez à surveiller la victime jusqu'à l'arrivée des secours et, au besoin, et si vous les connaissez, effectuez les gestes de premiers secours.

### Envie de vous former aux gestes de premiers secours?

Renseignez-vous auprès de la Croix-Rouge (formations.croix-rouge.be) ou de la Ligue Francophone Belge de Sauvage (lfbs.org).

## Fiche pratique

### La pharmacie de l'été

- antidouleur
- anti-nausée
- médicaments contre la diarrhée
- médicaments contre le mal du transport
- sérum physiologique
- désinfectant
- solutions de réhydratation
- pansements, compresses de gaze stériles
- ciseaux
- pince à épiler
- pince à tiques
- thermomètre
- crème solaire
- crème après-soleil
- crème pour les brûlures
- crème pour les ecchymoses, entorses
- antiallergique
- antiacide
- répulsif antimoustique
- décongestionnant pour le nez
- collyres pour les yeux secs



pas réussi à tout enlever, si vous avez été mordu plusieurs fois, si la ou les tiques sont sur votre peau depuis plus de 36 heures, si vous êtes enceinte, si vous êtes immunodéprimé, si la tique est gorgée de sang lors de son extraction, si vous constatez une plaque rouge autour de la piqûre, si vous êtes fatigué et/ou fiévreux. Plus vite on détecte la maladie de Lyme, mieux on la traite.»

### Quels sont les traitements?

«Si un traitement s'impose, il est principalement basé sur une antibiothérapie et l'on portera une

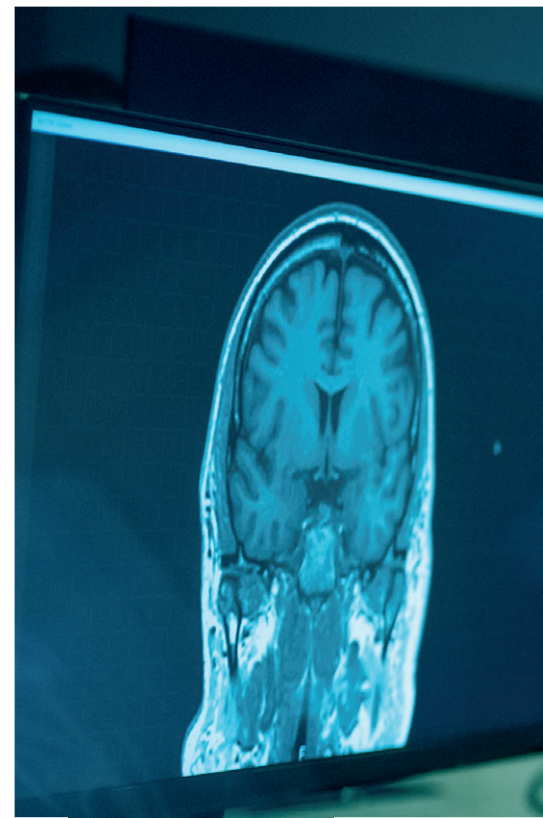
attention particulière au choix de l'antibiotique, à la dose et à la durée.»

### Quels sont les moyens de prévention?

«Il faut impérativement éviter les morsures de tiques. Pour cela, portez des vêtements couvrants de couleurs claires, des chaussettes hautes, des chaussures fermées lorsque vous vous baladez dans des lieux propices aux tiques (forêts) et appliquez un répulsif. Après chaque balade, il est très important d'inspecter méticuleusement tout votre corps ou de demander à quelqu'un d'autre de le faire. Si

vous remarquez qu'une tique vous a mordu, enlevez-la délicatement avec une pince à tiques en veillant à bien retirer toutes les parties. Évitez d'utiliser de l'éther, de l'alcool ou tout autre produit qui risquerait de provoquer une régurgitation de la tique dans la plaie et d'augmenter le risque de transmission. Désinfectez ensuite la plaie et lavez-vous les mains. Notez la date de la piqûre dans votre agenda et surveillez-la pendant les 30 à 40 jours suivants. Si une tache rouge apparaît (érythème migrant), il est essentiel de consulter votre médecin généraliste, car, à ce stade, un traitement s'impose.»

# Imagerie médicale : Helora toujours à la pointe de la technologie



**S'il est une discipline en perpétuelle évolution, c'est l'imagerie médicale. En investissant dans les technologies de pointe et grâce à des équipes fortement impliquées, Helora tend à se positionner comme pôle de référence dans le domaine.**

Toujours plus précise, toujours plus rapide, toujours moins irradiante, l'imagerie médicale est aujourd'hui incontournable. Toutes les disciplines ou presque y ont recours. Rayons X, ultrasons et champs magnétiques : ses techniques sont vastes et sans cesse plus performantes. Grâce aux informations qu'elle génère, elle permet d'affiner les diagnostics, de cibler les prises en charge, de mieux soigner certaines pathologies et d'aller toujours plus loin dans nos connaissances du corps humain. Conscient de l'importance de cette discipline, Helora n'hésite pas à investir dans la haute technologie.

## Des scanners de dernière génération

Courant 2023 - 2024, l'intégralité des scanners du Pôle Hospitalier Jolimont sera ainsi remplacée

par de nouveaux appareils. Le premier a été installé en avril au CHR Saint-Joseph à Mons. Au total, l'institution a investi dans sept scanners nouvelle génération, plus rapides et plus précis. « Avec ces scanners, les images obtenues seront beaucoup plus nettes, pour des doses de rayonnement beaucoup plus faibles », précise François Conti, technologue en chef en imagerie médicale au Pôle Hospitalier Jolimont. « L'imagerie spectrale s'invite également dans les nouvelles

||  
Tout tourne autour  
du patient :  
nous voulons lui offrir  
une large accessibilité  
à des soins de très  
haute qualité

DR PAUL DESCLÉE

||  
technologies de ces scanners, permettant d'apporter encore plus d'information sur l'examen qu'une "simple" image. La haute résolution et la précision de ces scanners nous permettront d'affiner les diagnostics, de caractériser les tissus, d'améliorer le

confort et la sécurité des patients et d'utiliser moins de produits de contrastes pour préserver leurs reins. » Des investissements ont également été engagés au CHU Ambroise Paré. En novembre 2022, l'un des deux scanners a déjà été remplacé par un scanner de dernière génération. Le deuxième devrait lui aussi être changé dans le courant de cette année avec la possibilité, à moyen terme, d'acquérir un troisième nouveau scanner. Grâce à ces investissements, tous les hôpitaux Helora seront parfaitement équipés en imagerie médicale. « Nous pourrons apporter une très haute qualité de soins et une large accessibilité aux patients », souligne le Dr Paul Desclée, chef de service d'imagerie médicale au Pôle Hospitalier Jolimont et Lobbes.



PAUL  
DESCLÉE

Chef de service  
d'imagerie médicale  
au Pôle Hospitalier Jolimont  
et Lobbes



DIDIER  
WÉRY

Chef de service  
de radiologie  
au CHU  
Ambroise Paré

||  
En plus de l'imagerie  
médicale classique,  
nous avons mis  
en place une garde  
d'imagerie  
interventionnelle  
qui tourne 24 h/24.  
Une vraie spécificité  
du réseau Helora

DR DIDIER WÉRY



Découvrez l'installation  
du nouveau scanner  
au CHR Saint-Joseph à Mons

[www.youtube.com/  
watch?v=AJnFLE6x3Us&t=27s](https://www.youtube.com/watch?v=AJnFLE6x3Us&t=27s)



**FRANÇOIS  
CONTI**

Technologue en chef  
en imagerie médicale  
au Pôle Hospitalier  
Jolimont



**MICHAËL  
COUTINHO**

Infirmier chef  
au service d'imagerie  
médicale du CHU  
Ambroise Paré

nir y réaliser leurs examens dans un cadre plus serein, tout en ayant la garantie que le matériel et la qualité des soins soient les mêmes qu'à l'hôpital. L'accueil et à l'accessibilité sont en effet essentiel.»

24 h/24, nous avons donc une garde d'imagerie diagnostique et une garde d'imagerie interventionnelle. Cette garde doublée médicale s'accompagne d'une garde doublée paramédi-

## Qualité et accessibilité

Outre ce matériel de très haute qualité, Helora peut également compter sur des équipes formées et très impliquées. Technologues, secrétaires, médecins radiologues : tous ont un rôle à jouer dans la qualité des soins apportée aux patients. Les différents services travaillent également sur les plages horaires pour pouvoir offrir un maximum d'accès. Et les centres d'imagerie médicale extra-hospitaliers (deux au CHU Ambroise Paré et trois au Centre Hospitalier Jolimont) désengorgent les institutions hospitalières. « Ces centres permettent d'accueillir

les patients qui ne souhaitent pas être confrontés au stress de l'hôpital», explique Michaël Coutinho, infirmier-chef au service d'imagerie médicale du CHU Ambroise Paré. « Ils peuvent ve-

||  
Les centres  
périphériques  
du réseau offrent  
la même qualité  
de soin que l'hôpital,  
le stress en moins

**MICHAËL COUTINHO**

## Le développement de l'imagerie interventionnelle

Mais l'imagerie médicale, c'est aussi de l'imagerie interventionnelle. Une discipline elle aussi en plein développement et présente sur tous les sites Helora. « Contrairement à ce que l'on croit, l'imagerie médicale ne sert pas seulement à établir un diagnostic », précise le Dr Didier Wéry, chef de service de radiologie au CHU Ambroise Paré. « Elle peut être thérapeutique, c'est-à-dire utilisée pour soigner une lésion, une pathologie... C'est ce qu'on appelle l'imagerie interventionnelle, de la chirurgie fermée, que l'on pratique en se guidant avec de l'imagerie médicale. Au CHU Ambroise Paré et au Centre Hospitalier de Jolimont, nous avons développé une équipe composée de radiologues exclusivement dédiés à l'imagerie interventionnelle.

||  
À terme, chaque  
hôpital du réseau  
Helora sera équipé  
de la dernière  
technologie en  
matière  
d'imagerie médicale

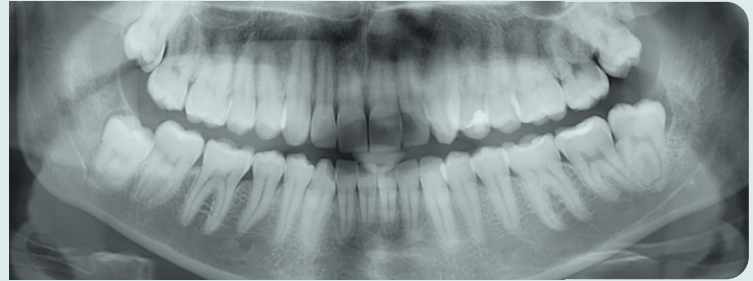
**FRANÇOIS CONTI**

||  
cale. Nous pouvons ainsi offrir une prise en charge extrêmement rapide, efficace et complète aux patients par exemple en cas d'AVC. » Car c'est en investissant dans du matériel innovant et une technologie avancée, en développant l'accessibilité et en pouvant compter sur du personnel hautement qualifié, que Helora pourra devenir un véritable pôle de référence en imagerie médicale et améliorer les soins de santé pour tous.

# Les différentes techniques d'imagerie médicale

## La radiographie :

c'est la plus connue et la plus courante. Elle utilise les rayons X qui traversent les différentes matières du corps et donnent une image en « ombre chinoise ». Elle est particulièrement efficace pour examiner les os, les dents, les poumons, le cœur. Rapide, peu coûteuse et facile d'utilisation, elle ne doit cependant pas être automatique. À long terme, l'accumulation de rayons X augmente le risque de cancer.

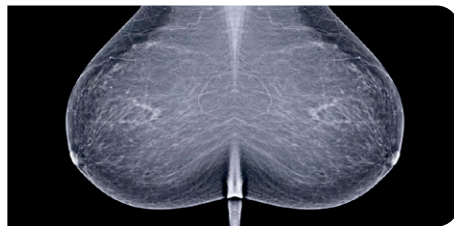


## Le scanner :

aussi appelé « tomодensitométrie », le scanner utilise de fins rayons X qui découpent virtuellement le corps en petits cubes. Selon sa densité (et donc sa matière - eau, graisse, os), chaque cube prendra une teinte de gris différente. 100 fois plus précis que la radiographie, le scanner enregistre toutes les informations dans un ordinateur. Le spécialiste peut donc à tout moment revenir sur les images pour mieux les analyser et même réaliser des reconstructions en 3D. Le scanner est privilégié pour repérer des lésions internes, pour le suivi et la détection de cancers ou de tumeurs, pour surveiller toute modification d'organe...

## La mammographie :

cette technique utilise les rayons X pour identifier des anomalies au niveau de la structure des seins.



## L'échographie :

elle utilise des ultrasons et est idéale pour l'examen de l'abdomen, des muscles et des articulations, des artères et des veines ainsi que pour les bilans sénologiques, mais aussi pour le suivi de grossesse en gynécologie.



## L'IRM (Imagerie par Résonance Magnétique) :

elle utilise la technique du champ magnétique. Cette machine fonctionne un peu comme un aimant qui va influencer les minichamps magnétiques du corps pour en produire des images. Elle est, entre autres, utilisée pour étudier certains organes comme le cerveau et détecter des AVC ou des dégénérescences cognitives.



**Helora c'est**

**13 scanners** répartis dans **7 hôpitaux** et plus de **160 000 examens** de scanners réalisés **par an**.



# Module burn-out parental

## Inscrivez-vous!

**V**ous ne vous reconnaissez plus en tant que parent? Vous vous sentez épuisé, voire dépassé dans ce rôle? Comme environ 8 % des parents, vous souffrez peut-être d'un burn-out parental. N'attendez pas pour agir. Inscrivez-vous au module burn-out parental proposé par l'hôpital de jour Tangram. Car plus rapidement il est pris en charge, mieux il peut être traité.

Le module de 9 séances est animé par une psychiatre et une psychologue et se déroule en groupe de maximum 12 personnes. Il n'y a pas besoin de prescription pour y participer, mais avant toute inscription définitive, vous devez prendre un rendez-vous de préadmission avec la psychiatre. Chaque séance aborde une thématique bien précise : la balance ressources et stressors de la parentalité, les compétences émotionnelles, le perfectionnisme parental, les pressions internes et externes liées à la parentalité... « Nous y abordons les facteurs de risque modifiables du burn-out parental et nous proposons des outils aux parents pour qu'ils puissent accéder à d'autres perspectives ou pratiques », souligne le Dr Sandrine Rozencweig, psychiatre responsable de l'hôpital de jour Tangram et animatrice du module burn-out parental. « Pour différentes raisons extrinsèques et intrinsèques, les parents se mettent énormément de pression dans différents domaines (la scolarité, l'alimentation, les loisirs...). Un objectif du module est de détecter ces pressions, en prendre conscience, et établir le coût/bénéfice de ces différents combats. Le collectif joue un grand rôle dans le processus thérapeutique, l'échange de conseils ou de pratiques entre parents permet une diminution de la culpabilité, une déstigmatisation de la problématique, une meilleure intégration de nouvelles pratiques. »



SANDRINE  
**ROZENCWEIG**  
Psychiatre responsable  
de l'hôpital de jour Tangram

### Vous êtes peut-être en burn-out parental si :

- o vous ressentez un épuisement majeur
- o vous créez une distance affective et/ou physique avec vos enfants
- o vous n'éprouvez plus de plaisir dans l'interaction avec vos enfants
- o vous ne vous reconnaissez plus dans votre identité de parent

### En pratique

Le module burn-out parental se compose de 9 séances, étalées sur 8 semaines (1 fois/semaine + 1 séance avec le co-parent) les mardis matins de 9 à 12 h. Les séances ont lieu à l'hôpital de jour Tangram, avenue de Scandiano, 8 à 1480 Tubize.

#### Comment s'inscrire?

Le prochain module burn-out parental débutera en septembre 2023. Informations et demande de rdv de préadmission au 02/391.01.73.

# Mieux comprendre la douleur



DELPHINE  
LASSOIE

Infirmière coordinatrice  
de la Clinique  
de la douleur du  
CHU Ambroise Paré



SERGE  
VON MONTIGNY

Anesthésiste algologue  
à la Clinique de  
la douleur de Jolimont



**P**lus d'un quart des Belges de plus de 18 ans souffrent de douleur\*. La Belgique se place ainsi à la 4<sup>e</sup> place des pays les plus concernés par la douleur chronique en Europe. C'est dire si la douleur constitue un problème de santé majeur. Pour mieux prendre en charge ces patients, Helora développe activement ses services d'algologie et ses Cliniques de la douleur.

Au Pôle Hospitalier Jolimont, l'équipe de la Clinique de la douleur est particulièrement à l'écoute des patients. Médecins et infirmiers tentent de mieux comprendre les douleurs pour y apporter la meilleure des solutions. Car la douleur n'est pas toujours liée à une lésion, souligne le Dr Serge Von Montigny, anesthésiste algologue à la Clinique de la douleur de Jolimont. «Elle peut aussi persister après un processus de cicatrisation et/ou être influencée par des facteurs psychosociaux

comme la peur, l'anxiété, la dépression, les croyances, le comportement... Ceux-ci participent à l'aggravation et à l'entretien de la douleur, ce qui peut conduire à un syndrome douloureux chronique. Le traitement de la douleur nécessite donc une approche pluridisciplinaire.» L'équipe se constitue donc de neurologues, de neurochirurgiens, d'anesthésistes, de psychologues, d'infirmières référentes de la douleur, de physiothérapeutes, de spécialistes de la médecine physique et des soins palliatifs. Chacun d'entre eux apporte ses compétences pour trouver la solution la plus adaptée et la plus efficace. «Après un entretien avec notre infirmière

référente, le patient est orienté vers un algologue qui pourra lui prescrire un traitement médicamenteux», explique le Dr Serge Von Montigny. «Si les attentes ne sont pas rencontrées, le cas du patient est discuté en réunion pluridisciplinaire. Il n'existe pas de douleur type, chaque douleur étant différente et complexe. Cela nécessite une réflexion personnalisée. Le patient a aussi un rôle à jouer. Pour que ça marche, il doit être acteur de son traitement. L'implication des médecins traitants est également primordiale puisqu'ils assurent le suivi à l'extérieur. Pour tenter de soulager la douleur d'un patient et/ou lui apprendre à la contrôler et à

vivre avec, l'algologue met donc en place différentes approches complémentaires.»

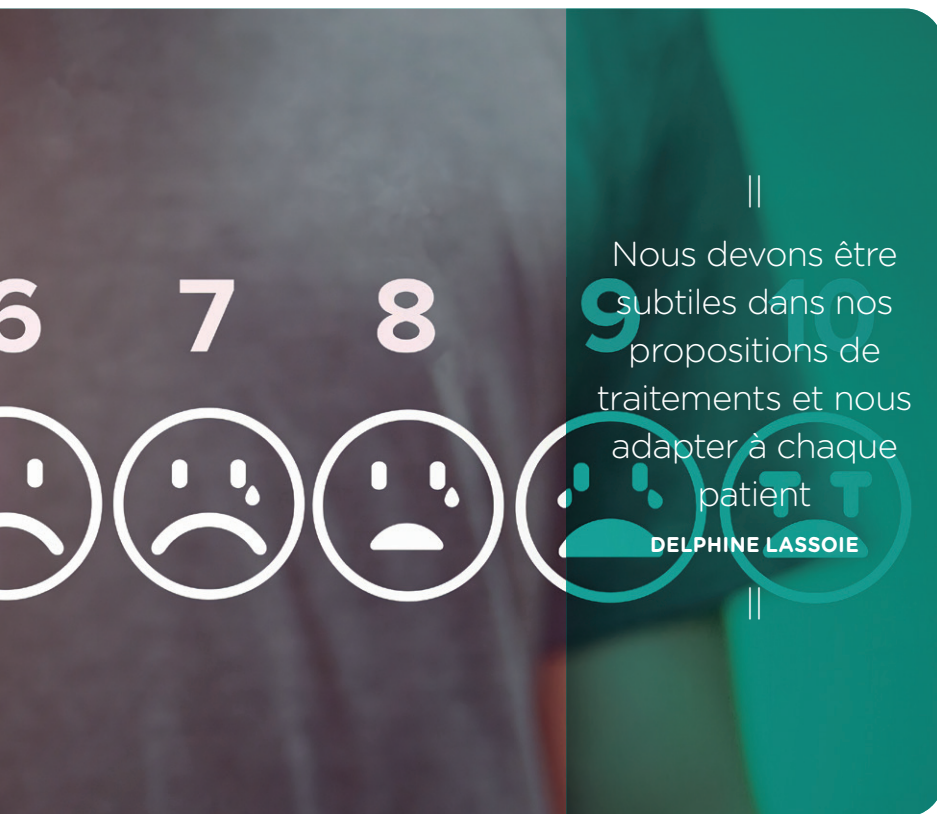
## La douleur sous toutes ses formes

Au CHU Ambroise Paré, les infirmières référentes de la Clinique de la douleur travaillent également en collaboration avec tous les services et sensibilisent le personnel à l'importance d'une bonne gestion de la douleur. Mais leur rôle ne s'arrête pas là, comme l'explique Delphine Lassoie, infirmière coordinatrice de la Clinique de la douleur du CHU Ambroise Paré. «Nous participons à la rédaction des guides lines et des procédures concernant la douleur, nous collaborons avec la pharmacie, les médecins des diverses spécialités, tous les services hospitaliers ainsi qu'un psychologue. Nous proposons des consultations de dou-

### C'est quoi la douleur?

C'est une expérience sensorielle et émotionnelle désagréable associée à une lésion réelle ou potentielle ou décrite en ces termes. D'un point de vue biologique, elle constitue une alerte : elle signale, de manière relativement courte, un problème physique qu'il faut traiter. La douleur chronique est quant à elle une douleur persistante et inutile. L'algologie est la discipline médicale qui évalue et prend en charge les douleurs chroniques.

# a douleur



||  
Nous devons être  
subtiles dans nos  
propositions de  
traitements et nous  
adapter à chaque  
patient

DELPHINE LASOIE

## Les huiles essentielles contre la douleur

En 2020, la Clinique de la douleur du CHU Ambroise Paré a reçu le prix de la Fondation Gattefossé pour son utilisation de l'aromathérapie en approche complémentaire dans la prise en charge de la douleur. Depuis 2015, l'usage des huiles essentielles, jusqu'alors utilisées uniquement dans l'unité de soins palliatifs, a été étendu en massage et en olfaction dans plusieurs services pour soulager différentes douleurs. Les données actuelles montrent que l'utilisation des synergies améliore le bien-être des patients (meilleur sommeil, gestion du stress et de l'anxiété) et diminue l'intensité de la douleur. « Nous sommes actuellement les seules à avoir

des synergies, c'est-à-dire des mélanges d'huiles essentielles, qui sont dédiées à la prise en charge de la douleur », explique Delphine Lassoie, infirmière formée à l'aromathérapie scientifique. « À l'heure actuelle, nous en avons développé 5. Nous avons commencé avec 3 synergies (douleurs inflammatoires, neuropathiques et morales), mais diverses spécialités médicales se sont rapidement intéressées à ce que nous faisons. Nous avons donc élaboré une synergie pour l'endométriose et une pour la chirurgie abdominale. Petit à petit, nous étoffons notre offre et l'adaptions en fonction des besoins. »

leur chronique, nous effectuons des suivis postopératoires et faisons partie d'une cellule mobile qui travaille à la prévention de la phobie des soins pour les enfants et les adultes. Mon rôle est donc très global. J'interviens partout où la douleur peut se manifester, et sous quelle que forme que ce soit. » Le CHU Ambroise Paré a en effet toujours porté beaucoup d'attention à la prise en charge de la douleur. Car si elle n'est pas (bien) traitée, elle peut avoir des conséquences importantes au niveau psychologique, biologique et social. « Et malgré tous les moyens dont nous disposons, son traitement appelle parfois des approches complémentaires comme le soutien psychologique, la reprise d'une activité physique, les compléments alimentaires, les huiles essentielles... », poursuit Delphine Lassoie. « Pour trouver ce qui va soulager le patient, il est important d'écouter et d'essayer de le comprendre. Les patients ont besoin d'être reconnus par rapport à leur souffrance, car beaucoup sont souvent seuls avec leur douleur. » \*Enquête de Sciensano (2018)

## Les différentes sortes de douleurs

On définit la douleur selon sa nature et sa durée. En fonction de cela, les traitements et les prises en charges diffèrent.

### La nature de la douleur

#### **Nociceptive**

Il s'agit d'une douleur secondaire à une lésion du tissu périphérique provoquant un excès d'influx douloureux dans le système nerveux. Elle survient après un traumatisme, une chirurgie, une brûlure, une coupure...

#### **Neuropathique (ou neurogène)**

C'est une douleur secondaire à des lésions du système nerveux périphérique (section d'un nerf) ou central (hernie discale).

#### **Mixte**

Ce type de douleur associe les deux mécanismes (nociceptif et neuropathique).

#### **Dysfonctionnelle**

C'est une douleur liée à un dysfonctionnement

des systèmes de contrôle de la douleur sans lésion identifiée. Il peut s'agir par exemple de fibromyalgie, de céphalées.

### La durée de la douleur

#### **Moins de 6 semaines**

On parle de douleur aiguë. Le traitement est généralement symptomatique et curatif.

#### **Entre 6 à 12 semaines**

Il s'agit d'une douleur subaiguë. Son traitement est symptomatique et curatif, complété par l'évaluation et la gestion d'éventuels facteurs de risque de chronicité.

#### **Plus de 3 mois**

La douleur devient chronique. Le traitement associe alors des antalgiques à une prise en charge bio-psycho-sociale. Les stratégies sont réadaptatives et comportementales. Le patient doit apprendre à vivre avec sa douleur et mieux la gérer au quotidien.

---

# HELORA, l'acteur incontournable de votre santé !

---

En s'associant, le **CHU Ambroise Paré** et le **Pôle Hospitalier Jolimont** vous offrent des soins :

- + de la plus haute qualité
- + empreints d'empathie et centrés sur l'humain
- + équitables et accessibles à tous
- + performants et à la pointe du progrès médical
- + au plus proche de vous !

**Plus d'infos ?**

[www.helora.be](http://www.helora.be)

