



L'ABC de la Douleur

Assemblons les pièces pour
mieux comprendre

Programmation - printemps 2010

Les mardis 30 mars, 6, 13, 20, 27 avril, 4 et 18 mai 2010

1^{er} exposé (30 mars 2010) – Introduction sur la douleur

Pr Christian Cloutier, neurochirurgien

Pre Patricia Bourgault, infirmière

- Concepts généraux de la douleur
- Les types de douleurs (somatique, neuropathique et inflammatoire)
- L'état de la douleur chronique au Québec
- Une clinique de douleur, c'est quoi? Quand consulter?
 - Approche multidisciplinaire, approche de gestion de la douleur et des capacités
- Évaluation (outils)

2^e exposé (6 avril 2010) — Neurophysiologie

Pr Serge Marchand, neurophysiologiste

- La physiologie de la douleur et le mécanisme de l'inflammation
- Le rôle du sexe, des hormones, des odeurs...
- L'effet du placebo ou la force du mental
- Comment explique-t-on la fibromyalgie et les mécanismes inhibiteurs de la douleur?
- La douleur et la recherche
- Seuil de douleur vs tolérance
- Les approches de diversion, d'attention

3^e exposé (13 avril 2010) — L'approche physique et psychologique

M. Guillaume Léonard, physiothérapeute

Mme Sylvie Lamoureux, psychologue

La douleur et les traitements physiques

- Physiothérapie, ergothérapie, kinésiologie...
- Une approche proactive : bouger
- Les techniques : TENS, ultra-son, chaud-froid, miroir

La douleur et la psychologie

- Troubles psychologiques associés à la douleur (personnalité, humeur)
- Outils du psychothérapeute
- Relaxation et respiration, techniques à apprendre!
 - La peur de bouger : kinésiophobie
 - Troubles somatophobes
 - Stress post-traumatique

4^e exposé (20 avril 2010) — Médication et syndrome clinique 1

Pr Serge Lalonde, omnipraticien

Pr Michel Lebel, neurologue

La douleur et la médication

- Démystifier la pilule pour la douleur aiguë vs chronique
- Les différents groupes : analgésiques, coanalgésiques
 - Effets bénéfiques vs secondaires
- Morphine et dépendance
- Les différents types d'infiltration (en radiologie et en anesthésie)
- Médecine alternative : homéopathie, crèmes
- Alimentation aidante et nutriments non aidants,
 - Le rôle du Cu, Zn et des vitamines
- Les nouveautés : la recherche en pharmacothérapie

Syndrome clinique 1

- Mal de tête et migraine

5^e exposé (27 avril 2010) — Syndromes cliniques 2 : les plus fréquents

Pr Christian Cloutier, neurochirurgien

- Lombalgie (sténose et hernie discale)
- Douleur neuropathique
 - Douleur fantôme
- Fibromyalgie
 - Peut-on souffrir d'arthrose, arthrite et de fibromyalgie en même temps?

6^e exposé (4 mai 2010) – Syndromes cliniques 3 et la neurologie

Pr Éric Frenette, neurologue

Pr Christian Cloutier, neurochirurgien

- Troubles du sommeil
- Syndrome de douleur régional complexe (ou l'algodystrophie et le miroir)

7^e exposé (18 mai 2010) — Syndromes cliniques 4 : population cible

Pr Sylvie Lafrenaye, pédiatre

Pr Alain Wathier, pelvipérinéologue

Pr Guy Lacombe, gériatre

- Douleur chez l'enfant
 - Douleur de croissance
- Douleur chez la femme (pelvipérinéologie)
 - Troubles psychologiques et les abus
- Douleur chez la personne âgée
 - Douleur chez les personnes fragilisées ou avec déficits cognitifs : mythes et réalités

Remise des certificats de participation à la fin du 7^e exposé.

Les formations populaires de la Faculté de médecine et des sciences de la santé de l'Université de Sherbrooke en collaboration avec le CHUS et le CSSS-IUGS