

## Douleurs et informations internet

Rédigé par l'équipe algologique  
Hôpital de Libramont-Vivalia



Pour bien gérer la douleur, il faut bien la connaître.

Il est donc important pour les patients et leur famille de bien comprendre ce qu'est la douleur chronique, les facteurs de chronicisation de la douleur, pourquoi certains traitements médicamenteux sont prescrits et pourquoi les traitements non médicamenteux ont une place primordiale dans leur prise en soins.

Voici quelques sites internet explicatifs sur la douleur et ses conséquences. Ceux-ci peuvent facilement être communiqués aux patients, ainsi qu'à leur famille.

Ces sites peuvent également servir de formation continue au personnel médical et paramédical !

### Quelques vidéos sur Youtube :

→ Comprendre la douleur rebelle.

→ Comprendre la douleur et  
qu'en faire en moins de 5 minutes.

Information sous forme de plusieurs capsules didactiques :

<https://www.retrainpain.org>