**La douleur**

Évaluation de la douleur

Médication à administrer

* Analgésiques non narcotiques
* Analgésiques narcotiques
* AINS
* Relaxants musculaires

**Provoquer et pallier**

**Q ualité et quantité**

**R égion**

**S ignes et symptômes**

**T emps**

**U nderstanting**

**4 principaux signes d’inflammation**

**D ouleur**

**R ougeur**

**O edeme**

**C haleur**

Les effets thérapeutiques de l’application de chaleur

* La vasodilatation (🡩diamètre des vaisseaux sanguins)
* 🡫 de la viscosité du sang
* 🡫 de la tension musculaire

Les effets thérapeutiques de l’application de froid

* La vasoconstriction (🡫diamètre des vaisseaux sanguins)
* 🡩 de la viscosité du sang
* 🡫 de d’œdème

**L’application du froid ou du chaud ??**(avec prescription médicale)

1. Madame Lafleur dit avoir de la douleur suite au vaccin contre le tétanos reçu dans le deltoïde gche. FROID
2. Monsieur Cantin présente un œdème au genou drt suite à une chute sur une plaque de glace. FROID
3. Éric présente une contracture des muscles dorsaux suite à une pratique intense de hockey. CHAUD
4. Aline en applique pour diminuer la chaleur et la rougeur (signes d’inflammation). FROID
5. La mère de Sandra lui suggère d’en appliquer sur son pied pour diminuer la pression ressentie dû à l’œdème de son pied.FROID

**Vrai ou faux ? Corriger l’énoncé faux**

1. Les personnes âgées tolèrent davantage les différences de température. FAUX, LE CONTRAIRE
2. On peut appliquer du froid plus longtemps sur un membre paralysé ? FAUX, NE RESSENT PAS SI TROP FROID CAR DIMINUTION DE LA SENSIBILITÉ
3. Élise peut mettre du froid plus intense sur son doigt que Maryse qui doit en mettre sur sa main ? VRAI
4. Le froid ou le chaud doit être appliqué pendant 20 min. à un intervalle d’une heure ou selon la prescription ? VRAI
5. Je dois absolument mettre le sac de glace ou la bouillotte directement sur la peau du patient pour une meilleure efficacité ? FAUX, TOUJOURS METTRE UNE HOUSSE. EXEMPLE : TAIE D’OREILLER