SED Gastroparésie N'Cie
ASSOCIATION LOI 1901

297 route de la Seds
13127 Vitrolles
asso.sedgastro@gmail.com
sed-gastro-ncie.org

À MONTRER OU À COCHER

Préciser ma douleur

Est-ce ma douleur habituelle ?

- ☐ Oui, comme d'habitude
- ☐ Même endroit, mais plus forte
- ☐ Non, c'est une douleur nouvelle
- ☐ Je ne sais pas

Depuis quand ?

- ☐ Ça vient de commencer
- ☐ Quelques heures
- ☐ Un ou plusieurs jours
- ☐ Après un mouvement ou une chute

Où ?

- ☐ Tête
- ☐ Mâchoire
- ☐ Cou
- ☐ Épaules
- ☐ Coudes
- ☐ Poignets, mains
- ☐ Haut du dos
- ☐ Bas du dos
- ☐ Ventre
- ☐ Hanches
- ☐ Genoux
- ☐ Chevilles, pieds
- ☐ Partout
- ☐ Ça bouge
- ☐ Côté gauche
- ☐ Côté droit

Ça ressemble à...

- ☐ Ça se déboîte
- ☐ Ça tire, ça étire
- ☐ Ça serre (étau)
- ☐ Ça brûle
- ☐ Décharge électrique
- ☐ Coup de couteau
- ☐ Ça tape, ça pulse
- ☐ Crampe
- ☐ Lourd, écrasé
- ☐ Picotements
- ☐ Engourdi
- ☐ Je ne trouve pas le mot

Ce qui m'aide

- ☐ Calme, moins de lumière
- ☐ M'allonger, changer de position
- ☐ Chaleur
- ☐ Mes orthèses, ma contention
- ☐ Mon traitement habituel
- ☐ .....

Comment communiquer

- ☐ Je peux parler
- ☐ Je préfère montrer du doigt
- ☐ Je préfère écrire
- ☐ Questions oui / non, une à la fois
- ☐ Laissez-moi du temps pour répondre

Pour les soignants et l'entourage

- Une personne autiste peut sembler calme avec une douleur forte. Fiez-vous au changement de comportement plutôt qu'au visage.
- Signes possibles : retrait, irritabilité, stims qui changent, mutisme, refus de manger, sommeil perturbé.
- SED : ne tirez pas et ne forcez pas une articulation. Une douleur peut être réelle même si les examens sont normaux.
- Douleur nouvelle, très forte ou après un traumatisme : consulter un médecin.

Tous droits réservés