



Douleurs et Parkinson – l'essentiel

- Il est impossible de mesurer objectivement l'intensité douloureuse. La douleur est toujours ce que la patiente ou le patient considère comme telle !
- Signal d'alarme de notre organisme, la douleur aiguë attire notre attention sur les dangers d'une blessure ou d'une maladie.
- Si les douleurs persistent pendant plus de trois mois, il est question de douleurs chroniques.
- Les douleurs chroniques liées à la maladie de Parkinson font partie des symptômes non moteurs et sont fréquentes : jusqu'à 80 % des personnes concernées en souffrent.
- Les douleurs parkinsoniennes sont souvent incorrectement évaluées, parce que les spécialistes ciblent principalement les symptômes moteurs ou parce que les personnes concernées n'abordent pas le sujet en consultation.
- De nombreuses douleurs sont liées au Parkinson, et d'autres surviennent indépendamment de la maladie. Savoir faire la différence de manière fiable est une condition essentielle du succès thérapeutique.
- On distingue trois types de douleurs liées à la maladie de Parkinson : les douleurs dues à une lésion ou à une inflammation des tissus, les névralgies dues à une lésion des fibres nerveuses et les sensations douloureuses diffuses ayant une autre cause.
- Souvent, c'est une stimulation dopaminergique insuffisante ou irrégulière qui est à l'origine des douleurs parkinsoniennes. Dans un tel cas, l'augmentation de la dose de lévodopa peut apporter un soulagement.
- L'entraînement d'endurance intensif, les techniques de relaxation comme le yoga, les massages et l'acupuncture, ainsi que la stimulation cérébrale profonde ont également fait leurs preuves contre les douleurs.

Astuces pour la consultation médicale

Tirez le meilleur parti de votre visite chez le médecin.

Vous avez rendez-vous avec votre médecin ou votre neurologue ? Une bonne préparation facilitera la tâche des spécialistes, afin d'identifier de manière fiable les douleurs liées à la maladie de Parkinson. Voici quelques conseils importants :

- Pour vous préparer à une consultation médicale, il est judicieux de noter quand les douleurs apparaissent, ce qui les déclenche, comment vous les percevez et ce qui les soulage.
- La carte « perception symptomatique » de Parkinson Suisse* vous permet de consigner vos symptômes non moteurs ; les douleurs font l'objet d'une section spécifique.
- Le journal Parkinson* vous aide à noter les heures de prise de vos médicaments et vos symptômes moteurs.
- Si vous ressentez des douleurs, parlez-en à votre médecin ou à votre neurologue.
- Si vous soupçonnez l'existence d'un lien entre vos douleurs et votre maladie de Parkinson, informez-en votre spécialiste traitant.
- Si la prise régulière d'un analgésique n'améliore pas vos douleurs, consultez votre neurologue. Il en va de même si des symptômes jusqu'alors indolores (par exemple les dyskinésies) provoquent soudainement des douleurs.
- Même en cas de douleurs, ne modifiez jamais votre médication antiparkinsonienne de votre propre chef. Abordez toujours le problème avec votre médecin ou votre neurologue en premier lieu.

* Télécharger gratuitement sur parkinson.ch/fr/downloads

Décrire précisément la douleur

Ces questions vous aideront à décrire vos douleurs le plus précisément possible :

- Dans quelle partie du corps la douleur se manifeste-t-elle ?
- Quelle est l'intensité de la douleur ?
- Comment la douleur est-elle ressentie ? S'agit-il de crampes, d'une sensation de brûlure ou d'une sensation sourde, par exemple ?
- La douleur est-elle clairement localisable ou irradie-t-elle ?
- La douleur est-elle présente en permanence ou à certains moments de la journée seulement ?
- Si la douleur n'est pas permanente, à quelle heure ou à quels moments de la journée se manifeste-t-elle ?
- Existe-t-il un lien avec les médicaments antiparkinsoniens ? La douleur survient-elle lorsque l'effet des médicaments antiparkinsoniens diminue ?
- L'administration de dopamine améliore-t-elle la douleur ?
- D'une manière générale, combien de temps la douleur dure-t-elle ?
- Existe-t-il éventuellement un facteur déclenchant précis pour la douleur ?
- Y a-t-il quelque chose qui puisse atténuer la douleur ?