

Qu'est-ce que la douleur neuropathique?

La douleur neuropathique désigne toute forme de douleur causée par une lésion ou un dysfonctionnement d'une partie du système nerveux (les nerfs, la moelle épinière ou le cerveau). Elle peut découler de divers états ou affections, comme le diabète, l'herpès, le cancer ou la sclérose en plaques, ou encore se manifester après un accident vasculaire cérébral, une intervention chirurgicale ou une lésion de la moelle épinière.

La douleur neuropathique est-elle courante?

La douleur neuropathique chronique touche 3 % de la population – soit environ 1 million de Canadiens. Cela dit, sa prévalence augmente à mesure que la population vieillit, puisque les principales causes de la douleur neuropathique sont surtout présentes chez les personnes âgées.

Qui peut être atteint de douleur neuropathique?

La probabilité de souffrir de douleur neuropathique varie selon l'affection en cause. À titre d'exemple, elle touche 33 % des patients cancéreux, mais survient chez seulement 8 % des patients qui subissent un accident vasculaire cérébral dans l'année qui suit celui-ci. De même, elle peut affecter jusqu'à 25 % des patients diabétiques, mais à peine 7 % de ceux qui souffrent de lombalgie.

Comment prévenir la douleur neuropathique?

La prévention de la douleur neuropathique dépend de l'affection en cause. Par exemple, chez une personne atteinte de zona, la prise d'antiviraux au cours des trois jours suivant l'apparition de l'éruption cutanée peut éliminer la douleur plus rapidement. Malheureusement, il s'agit là d'un cas d'exception : actuellement, il n'existe aucun moyen de prévenir la plupart des formes de douleur neuropathique.

Quels en sont les signes et les symptômes?

Les symptômes de la douleur neuropathique diffèrent de ceux qu'on observe en présence d'autres types de douleur. Elle peut causer de l'engourdissement, une sensation de brûlure, de la sensibilité au toucher, des picotements, une douleur fulgurante et la sensation de subir un choc électrique. Elle peut également s'accompagner d'enflure ou d'une modification de la couleur de la peau.

Comment est-elle diagnostiquée?

Le diagnostic de la douleur neuropathique repose principalement sur les symptômes et les résultats de l'examen physique. Il est généralement assez facile de poser le diagnostic en présence d'une affection reconnue pour causer la douleur neuropathique, comme le diabète ou le zona. Dans d'autres cas, elle peut être plus difficile à déceler.

Comment est-elle traitée?

De nombreux médicaments peuvent contribuer à soulager la douleur neuropathique, mais il n'y a pas de remède universel : différentes formes de douleur peuvent répondre différemment à divers médicaments. Habituellement, on amorce le traitement au moyen d'un antidépresseur tricyclique ou d'un anticonvulsivant (médicament employé

pour prévenir les convulsions). Bien qu'ils aient été mis au point pour traiter d'autres maladies, ces agents se sont révélés efficaces chez bien des patients souffrant de douleur neuropathique. Si toutefois ils n'apportent pas le soulagement voulu, il existe beaucoup d'autres médicaments qu'on peut essayer.

Parfois, on peut soulager la douleur neuropathique en traitant l'état qui est en cause. Chez le sujet diabétique, par exemple, les complications neuropathiques peuvent être amoindries par un meilleur équilibre de la glycémie.

L'exercice, une diète spéciale et des techniques de relaxation, de même que la physiothérapie et la neurostimulation électrique, peuvent aussi apporter un soulagement.

Vivre avec la douleur neuropathique

Quelques conseils :

- Parlez ouvertement de vos symptômes avec votre médecin et participez aux décisions relatives à votre traitement.
- Trouvez des façons de vous détendre.
- Prenez vos médicaments selon les directives de votre médecin, même si vos symptômes changent.
- Échangez avec d'autres personnes souffrant de douleur neuropathique – la liste ci-après vous indiquera des ressources utiles.
- Adoptez un programme d'exercice d'intensité faible ou modérée (consultez d'abord votre médecin).

Ressources

Associations de patients

[ACTION Atlantic For People with Chronic Pain](#)
[ACTION Ontario For People with Neuropathic Pain](#)
[ACTION For People with Neuropathic Pain \(West\)](#)
[Calgary Neuropathy Association](#)
[La Coalition canadienne contre la douleur](#)
[Chronic Pain Association of Canada](#)
[Canadian Neuropathy Association](#)
[Association canadienne du diabète](#)

Confédérations

[La Société canadienne de la douleur](#)
[Canadian Institute for the Relief of Pain and Disability](#)

Renseignements généraux sur la maladie

[Association canadienne du diabète](#)
[La Coalition canadienne contre la douleur](#)
[Canadian Neuropathy Association](#)