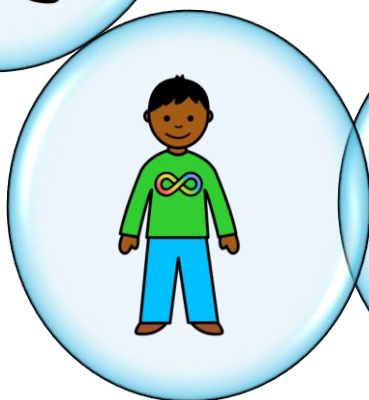
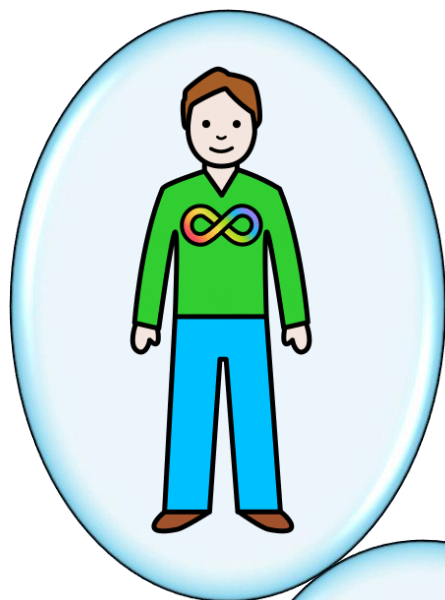
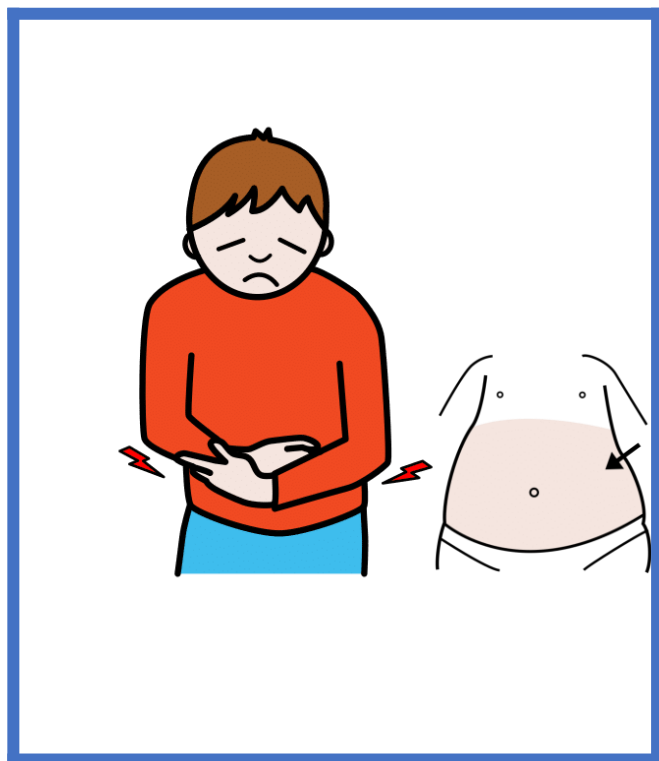




Gestion de la
douleur

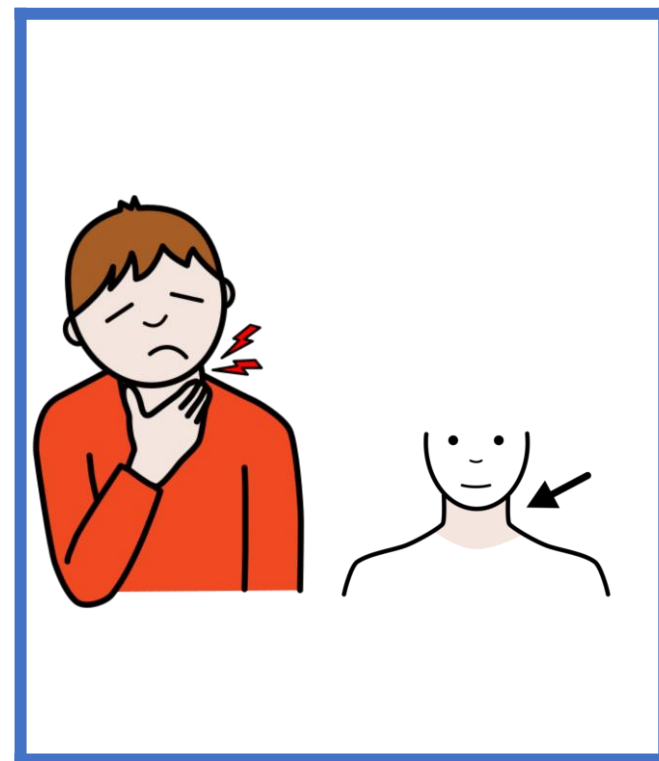
J'ai mal...



J'ai mal au ventre



J'ai mal à la tête



J'ai mal à la gorge

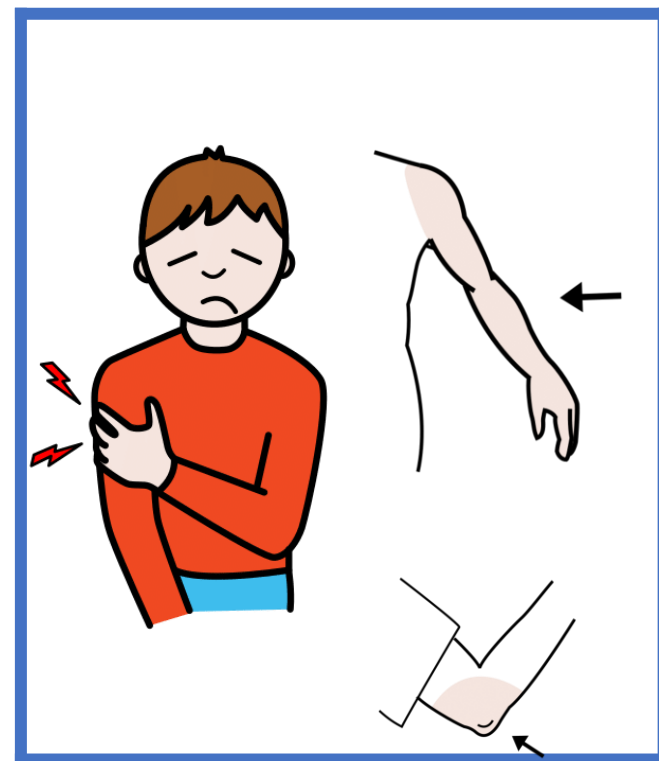
J'ai mal...



J'ai mal aux oreilles



J'ai mal au dos

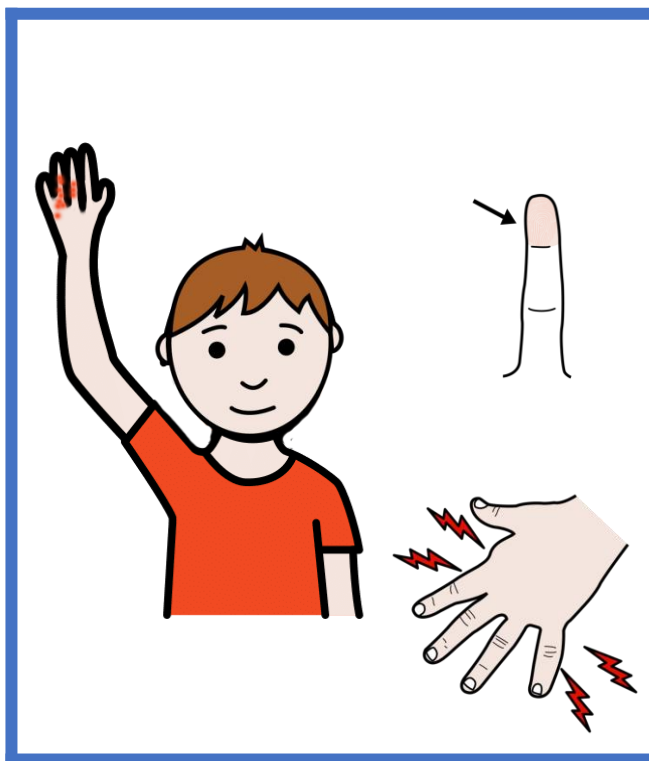


J'ai mal au bras, au coude

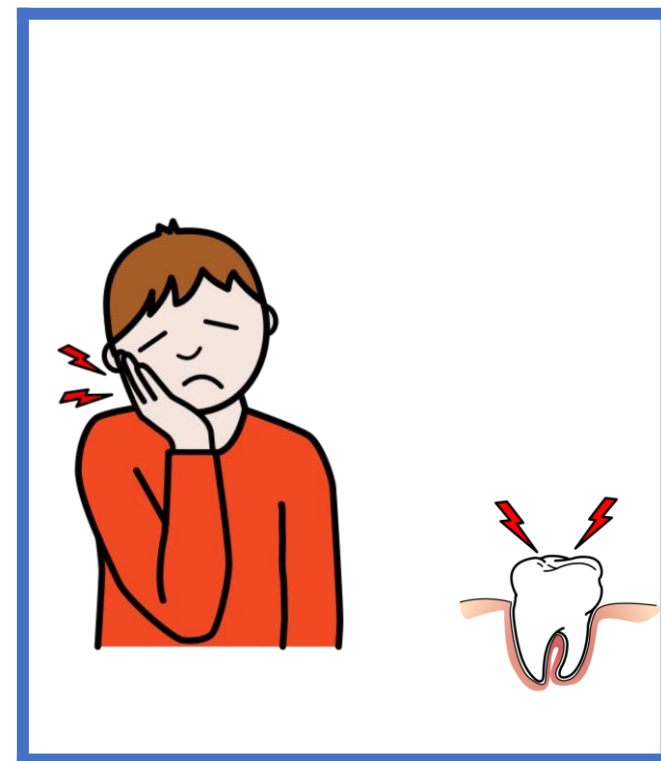
J'ai mal...



J'ai mal à la jambe, au genou,
au pied

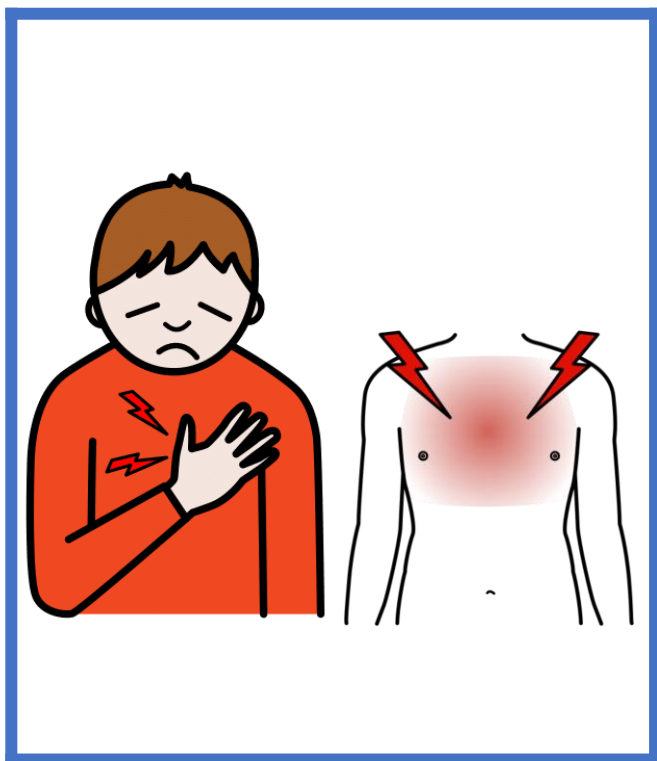


J'ai mal à la main, au doigt

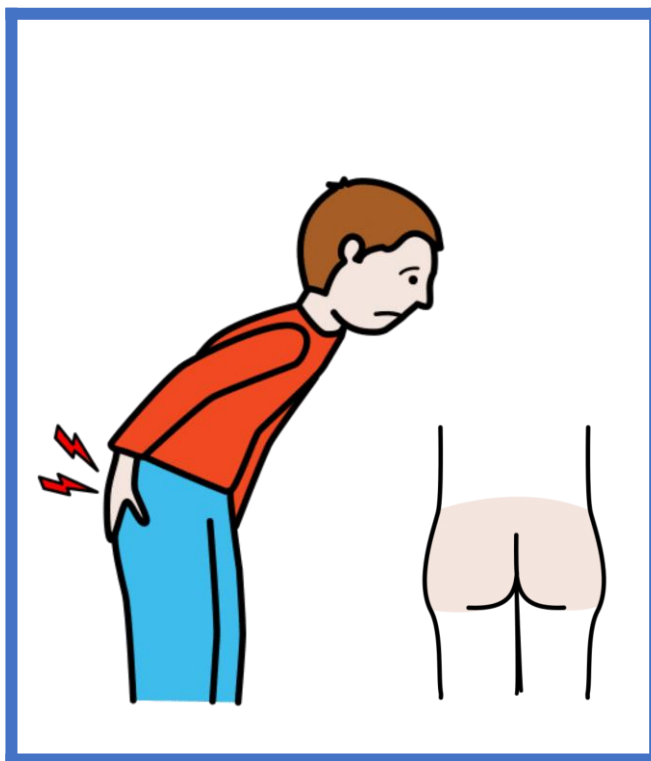


J'ai mal aux dents

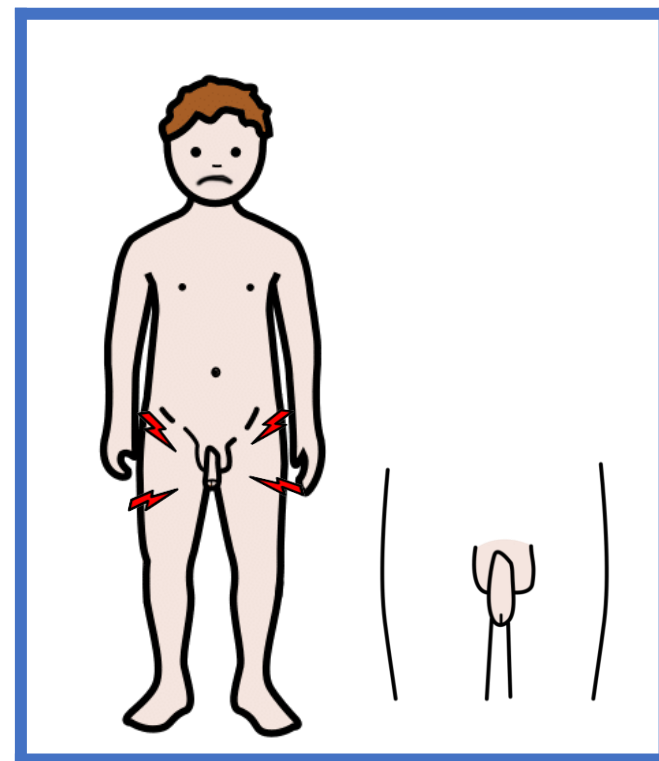
J'ai mal...



J'ai mal à la poitrine

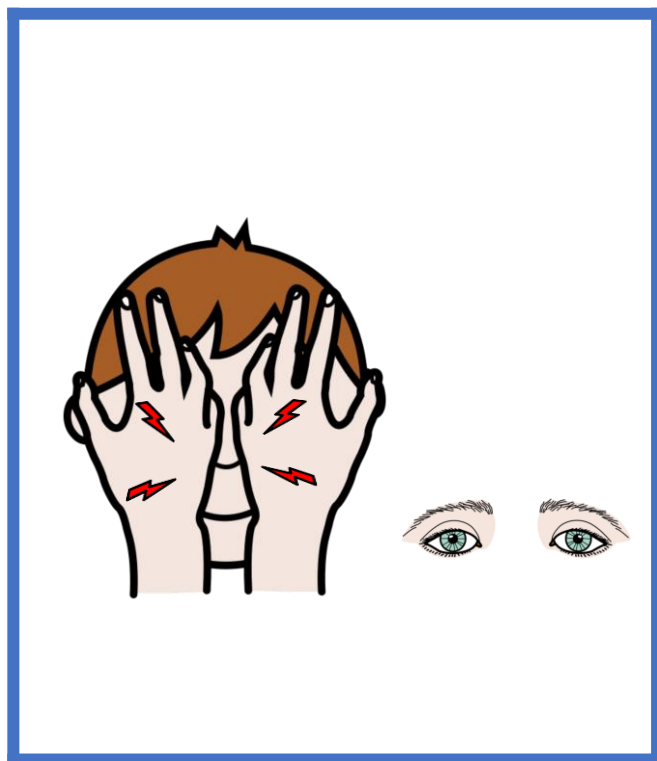


J'ai mal aux fesses



J'ai mal aux parties intimes

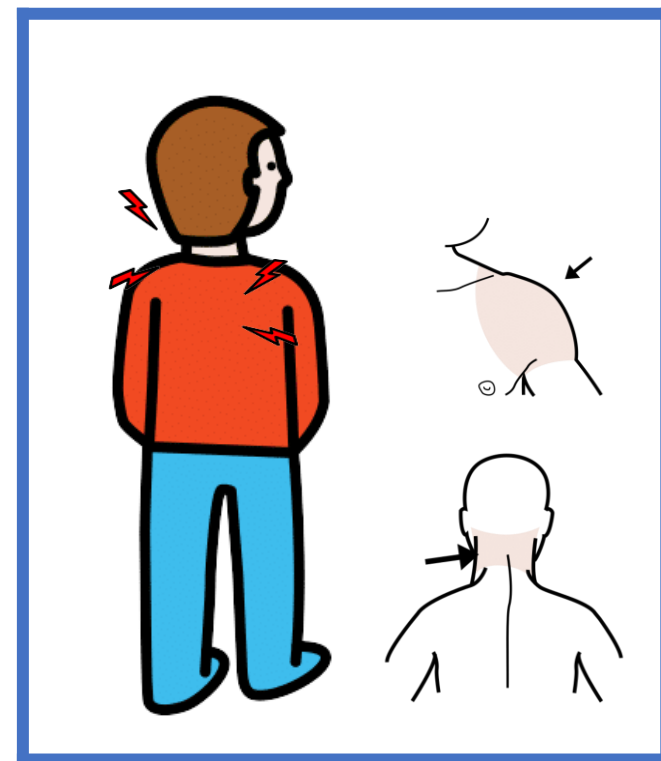
J'ai mal...



J'ai mal aux yeux

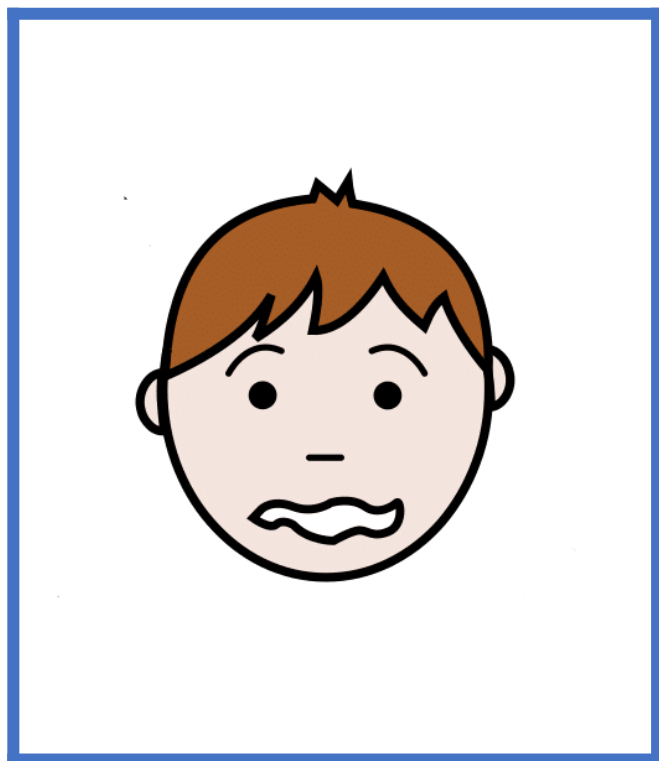


Ça me gratte, ça me démange

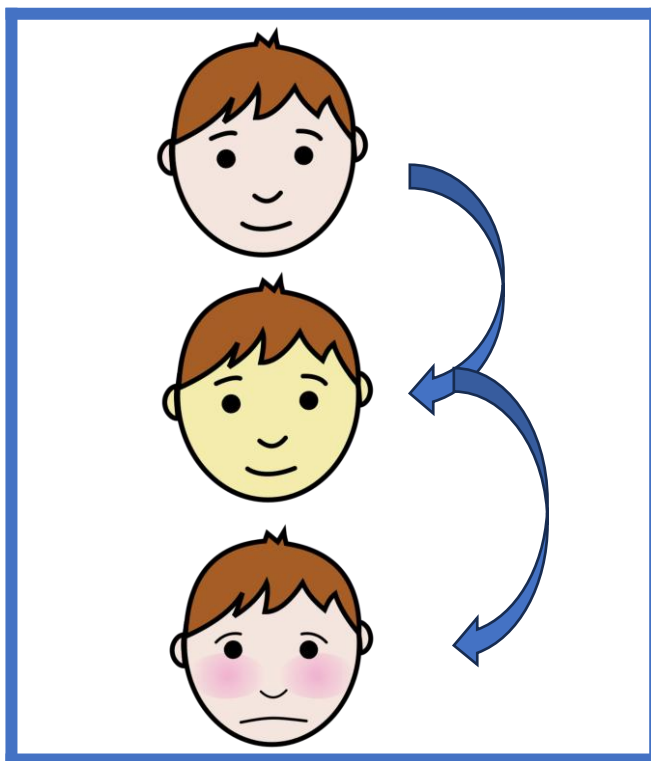


J'ai mal à la nuque, aux épaules

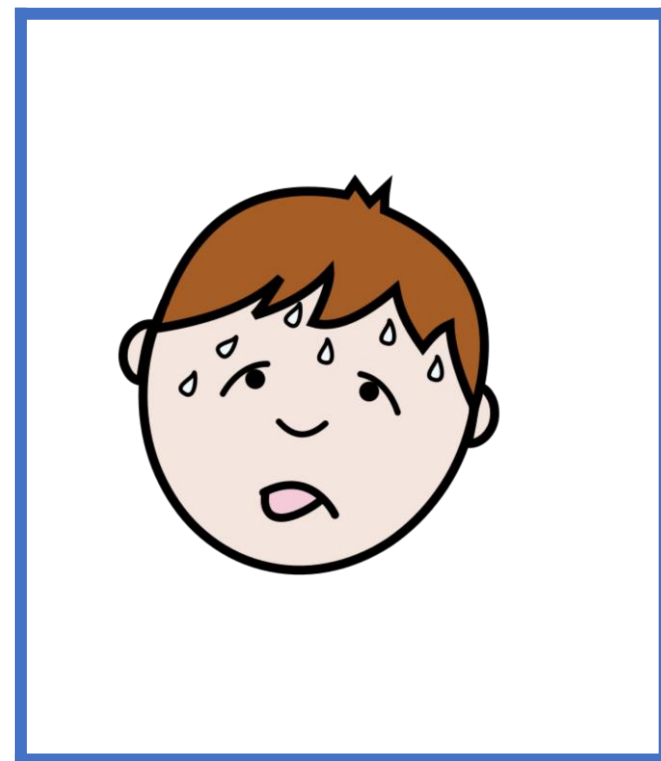
Je ne sais pas toujours exprimer ma douleur, mais certains signes peuvent aider à la reconnaître



Mon visage se crispe, je fais des grimaces



Mon teint change



Je transpire

Je ne sais pas toujours exprimer ma douleur, mais certains signes peuvent aider à la reconnaître



Je suis agité

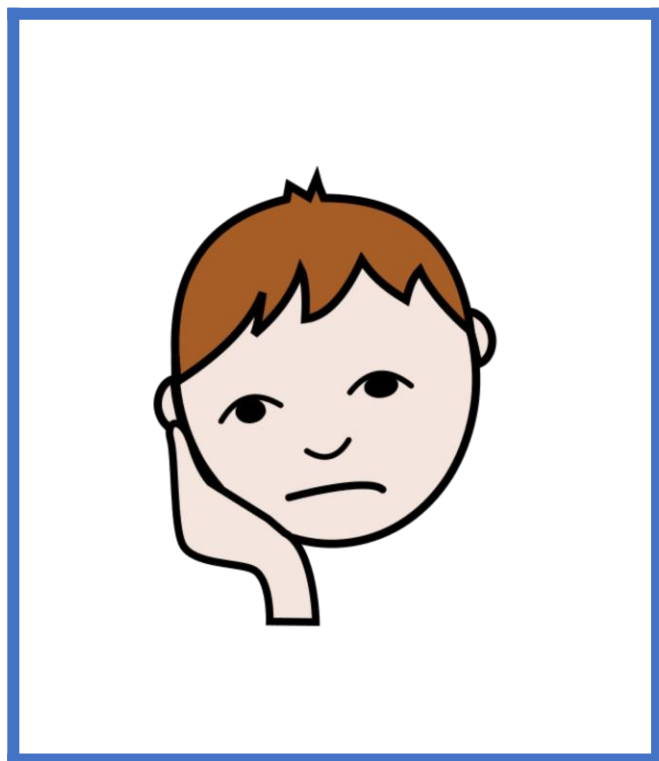


Je crie

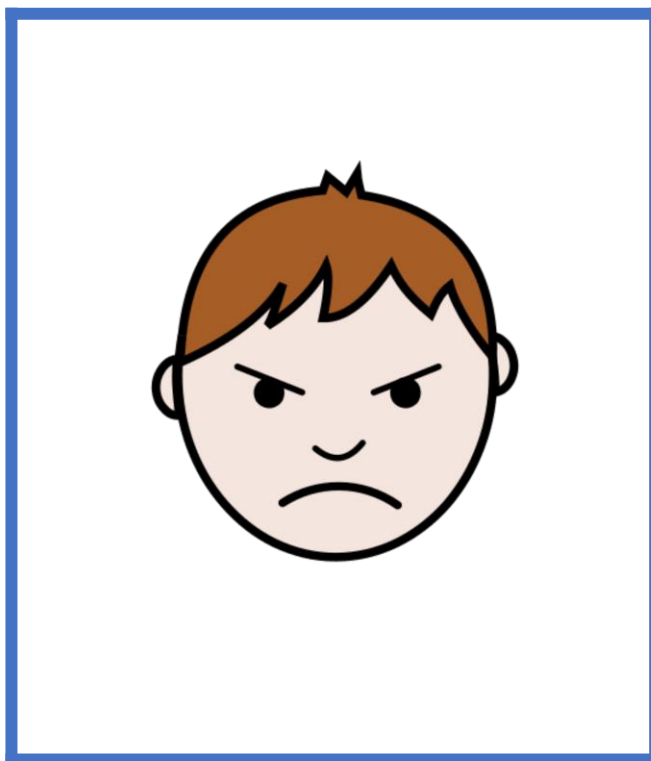


Je pleure

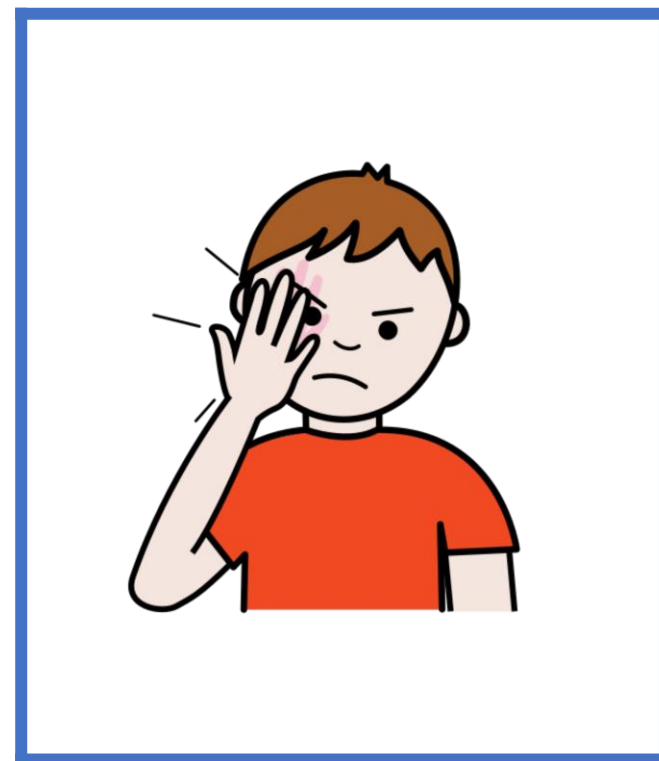
Je ne sais pas toujours exprimer ma douleur, mais certains signes peuvent aider à la reconnaître



Je m'isole

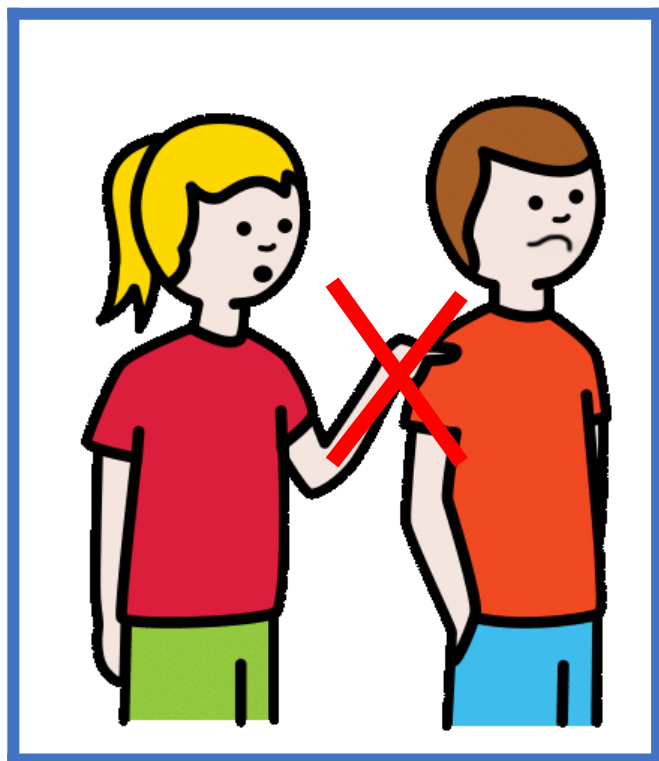


Je suis irritable

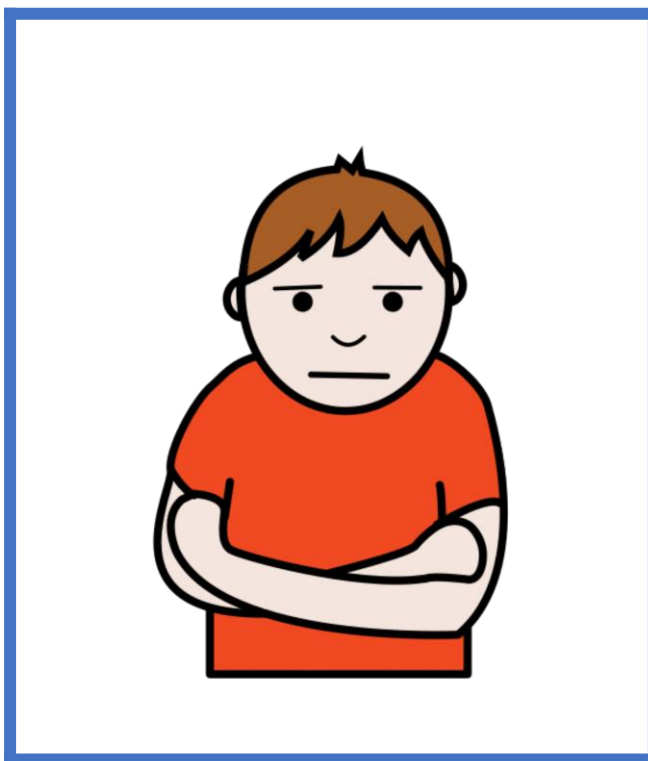


Je m'automutile

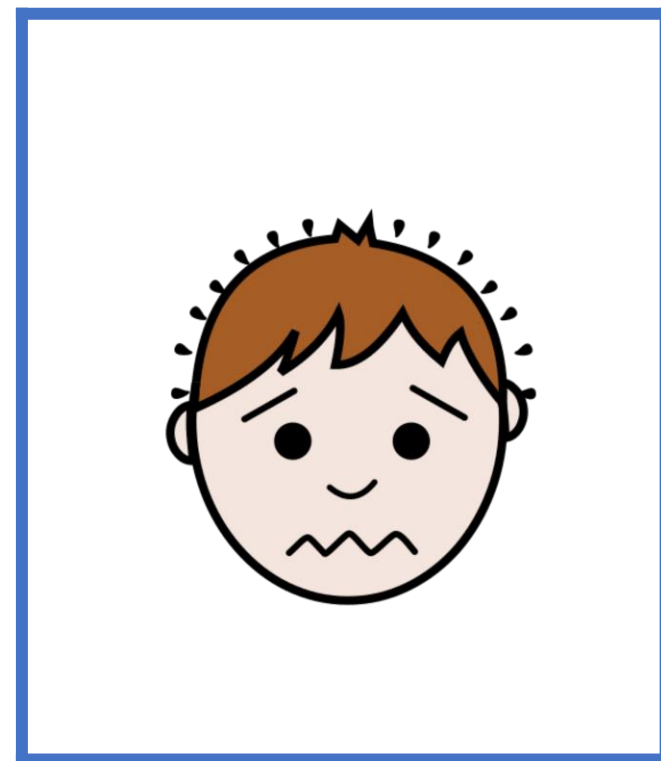
Je ne sais pas toujours exprimer ma douleur, mais certains signes peuvent aider à la reconnaître



Je ne veux pas qu'on me touche



Je suis prostré



Je suis nerveux

Comment puis-je montrer où j'ai mal et à quel point j'ai mal ?

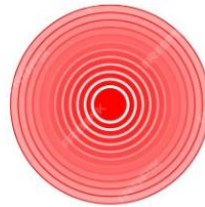
En utilisant une silhouette du corps, je peux désigner l'endroit où j'ai mal à l'aide de pictogrammes, ou en pointant ou en colorant la zone douloureuse par exemple.



J'ai un peu mal



J'ai mal



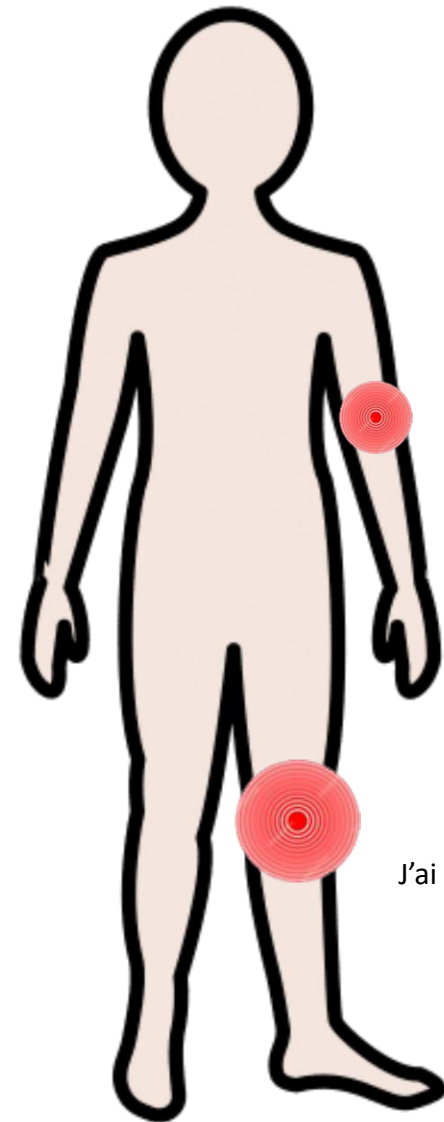
J'ai très mal



Ça brûle, c'est chaud



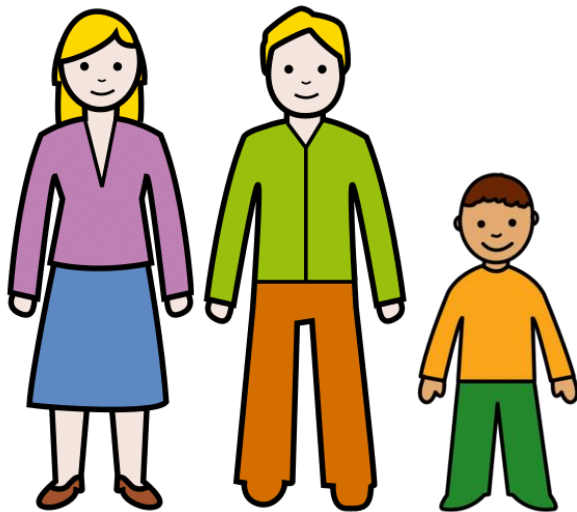
C'est froid, ça va être froid, j'ai froid



J'ai un peu mal au bras

J'ai mal au genou

Chez le docteur



Lors de mes consultations médicales ou d'examens médicaux, mes parents ou la personne de confiance qui m'accompagnent doivent informer le médecin de mes réactions spécifiques face à la douleur.

En combinant observation comportementale, outils adaptés et supports visuels il est possible de favoriser une meilleure identification, communication et gestion de la douleur.