



Gérer son traitement morphinique



Découvrir la morphine

La morphine est le traitement le plus efficace pour soulager les douleurs intenses.

Il existe sous différentes formes : gélule, comprimé, patch, en injection.

L'équipe médicale l'adaptera petit à petit avec vous. Il s'agit d'une **prescription médicale encadrée** pour éviter le risque de dépendance.

⚠ Le traitement est personnel. Il ne doit pas être utilisé par d'autres et doit être tenu hors de portée des enfants.



Adapter son traitement

> Traitement continu



Gélules ou comprimés à libération prolongée (LP)

- À prendre **2 fois par jour à heure régulière** avec un espace de 12h entre chaque prise



ou patchs

- Changer toutes les **72h** (3 jours)
- Retirer l'ancien patch avant d'en mettre un nouveau sur un autre endroit du corps (bras, haut du torse...)
- Coller sur une peau saine, sans poil et qui n'a pas été traitée par radiothérapie

> Traitement d'action rapide



à prendre si la douleur se réveille



Gélules et comprimés

Agissent en 30 min et pendant 4h

Si la douleur se réveille



**Je prends le traitement
d'action rapide**



Le traitement d'action rapide peut se prendre avec du paracétamol (*Doliprane®*, *Efferalgan®*, *Dafalgan®*)

! La dose de paracétamol maximale par jour est de 4 g (1 g toutes les 6 h).
Le paracétamol peut être associé à d'autres molécules (*Ixprim®*, *Lamaline®*)

i

Pour les crises douloureuses très intenses de durée courte (5-10 min), d'autres traitements pourront être proposés.

Limiter les effets secondaires

> Limiter la constipation



Peut durer toute la durée du traitement

- Boire souvent : 1,5 à 2 litres par jour (tisane, soupe, 1 à 2 verres d'eau riche en magnésium...)
- Maintenir si possible une activité physique : marche, vélo, natation...
- Manger des fibres, des fruits secs, des fruits et des légumes crus ou cuits
- Limiter les aliments ralentissant le transit (riz, chocolat)
- Prendre le temps d'aller aux toilettes
- Prendre le traitement laxatif

> Limiter les nausées et vomissements



Peuvent apparaître les 2 à 3 premiers jours de traitement

- Boire régulièrement en petite quantité
- Privilégier les aliments froids
- Éviter les repas copieux et/ou gras
- Prendre le traitement anti-nauséeux

Autres effets secondaires possibles

- Difficulté à uriner
- Mouvements brusques
- Rêves perturbés, cauchemars
- Somnolence
- Sueurs

 **À cause du risque de somnolence, conduire est déconseillé.**

 **i**

En cas de questions ou de doutes, parlez-en avec les professionnels de santé.

Faire le point sur les autres méthodes

Les traitements morphiniques font partie des solutions les plus efficaces pour limiter des douleurs intenses.

Pour gérer certaines douleurs, d'autres traitements et méthodes existent :

- anti-inflammatoire, anti-épileptique, anti-dépresseur...
- neurostimulation électrique transcutanée, acupuncture, hypnose...

i

Si vous avez des questions ou des doutes, vous pouvez faire le point avec des professionnels de santé.

En parler et poser ses questions

Que faire si j'ai oublié de prendre mon médicament continu ?

- **Avant midi** : Je le prends dès que je m'en aperçois et décale la prise suivante de 2h
- **Après midi** : Je ne le prends pas. En cas de douleur, je prends le médicament d'action rapide jusqu'à la prise du soir.

Que faire si j'ai oublié de changer le patch ?

Je le change lorsque je m'en aperçois. Pour ne pas oublier, je note la date de pose sur le patch ou un document.

Je passe un examen pour lequel je dois être à jeun, est-ce que je peux prendre mon médicament continu ?

Je pose la question au médecin. En général, le médecin me dira de prendre mon traitement avec très peu d'eau.

Que faire si je prends beaucoup de médicaments d'action rapide ?

J'en parle à mon médecin traitant qui adaptera le traitement. **Je n'augmente JAMAIS mon traitement seul.e.**

Écouter et évaluer sa douleur

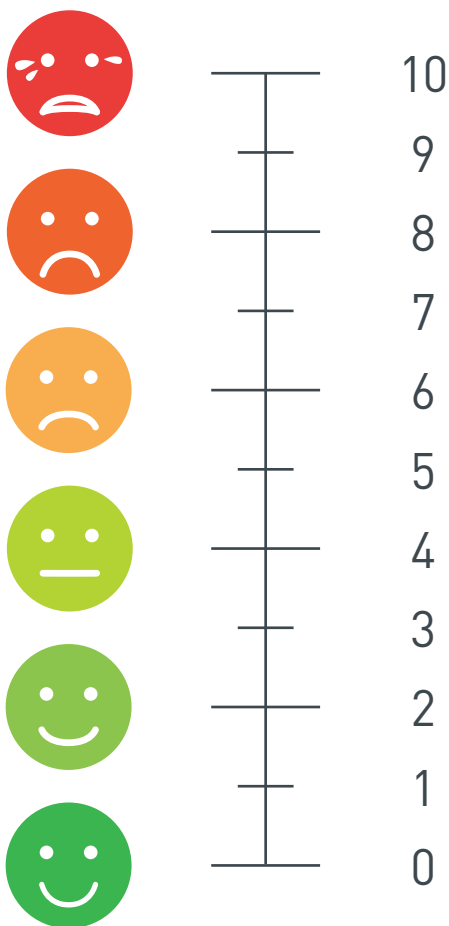
Les douleurs peuvent troubler le sommeil, entraîner de la fatigue, limiter les activités et perturber l'humeur.

- Des solutions existent pour les soulager.
- Il est important d'en parler à votre infirmière ou médecin.



Chaque jour pour faire le point et adapter mon traitement, j'évalue la douleur à l'aide de cette échelle :

douleur intolérable



aucune douleur



**Pour rencontrer l'équipe
spécialisée dans la prise en
charge de la douleur (équipe
d'algologie) de l'ICM :**

**demander aux équipes ou
téléphoner au secrétariat**

04 67 61 23 87

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Institut régional du Cancer
Montpellier | Val d'Aurelle