

Médecine

Soigner la douleur comme une maladie à part entière

Les douleurs chroniques touchent une personne sur trois. L'Hôpital de La Tour leur dédie une consultation

Sophie Davaris
@SophieDavaris

Avoir mal durant des mois sans pouvoir soulager la douleur de manière efficace: c'est le lot d'une personne sur trois, estiment les médecins. Une condition qui affecte tout le quotidien en pesant sur le moral, les relations sociales, le sommeil et le travail. À Genève, 150 000 personnes seraient concernées. Un créneau porteur que l'Hôpital de La Tour a bien identifié en créant une consultation ambulatoire ouverte à tous les assurés.

Cette nouvelle «clinique de la douleur» est dirigée par deux nouvelles recrues, les médecins anesthésistes Christophe Perruchoud et

Blaise Rutschmann. Venus de Morges, où ils se sont occupés de la douleur pendant dix ans pour l'un et vingt ans pour l'autre, ils trouvent à Meyrin un réseau multidisciplinaire dont il s'agit de faire bénéficier les patients. Orthopédistes, neurochirurgiens, radiologues, neurologues, diabétologues, rhumatologues et psychologues aideront à affiner le diagnostic et à imaginer un traitement sur mesure.

Une maladie en soi

La douleur chronique - définie ainsi quand elle dure plus de trois mois et ne répond pas aux traitements habituels - nécessite une approche fine. À ce stade, elle «n'est plus un symptôme mais une maladie et doit être traitée comme telle», considère notre duo.

De l'ouvrier en bâtiment à l'employé assis, de l'homme en surpoids à la femme menue: personne n'est épargné. «La douleur touche tous les âges et toutes les classes sociales», résume Blaise Rutschmann. Dans la moitié des cas, c'est le dos qui trinque, précise Christophe Perruchoud, qui rappelle que 80% des gens auront mal



Les médecins Christophe Perruchoud et Blaise Rutschmann s'inquiètent de la surconsommation d'opiacés. Ils ont pour objectif de soigner la douleur en explorant d'autres pistes. L.FORTUNATI

au dos à un moment de leur vie. L'ennui survient lorsque le mal aigu devient chronique, au gré

d'une altération du fonctionnement des centres cérébraux responsables de la transmission de la douleur.

Pas de douleur imaginaire

La subtilité vient du fait qu'il ne suffit pas toujours de traiter l'origine de la douleur, car celle-ci peut persister même quand la cause a disparu. Après une réparation parfaite, comme une prothèse très bien posée, la douleur peut persister, voire s'aggraver. Il arrive aussi d'avoir mal en l'absence complète de lésion!

Douleur imaginaire, mal psychosomatique? «Ces concepts n'ont plus cours, balaient les médecins. Si une douleur est ressentie, c'est qu'elle est présente. Le fait de ne pas arriver à l'expliquer révèle simplement les lacunes de la médecine. Pendant longtemps, la fibromyalgie était considérée comme un trouble psychiatrique. Aujourd'hui, elle est reconnue comme une vraie maladie.»

En dehors du mal de dos - qui

représente la première cause d'arrêt de travail chez les jeunes - les douleurs postopératoires représentent un motif fréquent de consultation. Elles persistent après la réduction d'une fracture, la pose d'une prothèse, une cure de hernie inguinale ou une chirurgie oncologique.

Réduire les médicaments

À ces plaintes diverses, la clinique de la douleur propose d'abord une prise en charge rapide, en garantissant une consultation dans les quinze jours. «Il s'agit de mettre fin à une errance médicale qui dure parfois depuis des années et d'écouter le patient.» Le plan de traitement consiste ensuite à adapter les propositions de soins à chaque situation.

La plupart des patients ont déjà reçu des médicaments, y compris des opiacés, dont il faut sans cesse augmenter la dose. «Le but est de trouver autre chose et plutôt de réduire la médication», explique Blaise Rutschmann. «Aux États-

Unis, les décès par opiacés sont plus nombreux que les accidents mortels de la route. Nous devons être très vigilants pour ne pas suivre le même chemin», ajoute Christophe Perruchoud.

Que faire alors? Il existe d'autres médicaments antalgiques, et des antidépresseurs ou des antiépileptiques qui modulent le système nerveux. Des infiltrations ciblées peuvent également être proposées. Mais il existe surtout toute une série d'approches non médicamenteuses. Des techniques, comme la cryothérapie, efficaces contre le zona. La stimulation électrique non invasive a montré son efficacité; indolore, elle est sans risque ni effet secondaire majeur.

«On ne parle plus de mal imaginaire. Si la douleur est ressentie, c'est qu'elle est présente»

Blaise Rutschmann

Co-médecin-chef de la clinique de la douleur, La Tour

Autre piste: des dispositifs implantés sous la peau stimulent électriquement un nerf, la racine nerveuse ou la moelle épinière. L'avantage? Ces traitements ne provoquent ni somnolence ni accoutumance. Des résultats «incroyables» ont été observés dans le traitement de certains maux de tête ou de l'incontinence, assurent les médecins.

Notons encore qu'il est possible d'insérer dans le corps une pompe qui distribue des médicaments dans la liquide céphalo-rachidien. Cela peut être très utile pour les douleurs rebelles du cancer. Le bémol: le risque d'infections, heureusement rares. Enfin, l'hypnose, l'acupuncture et un soutien psychologique peuvent être proposés.

Quels effets sur les coûts de la santé?

• Une clinique de la douleur est-elle du luxe? Non, soutient le Dr Blaise Rutschmann, qui explique par exemple que la réduction de la douleur améliore la survie en cas de cancer, en augmentant l'appétit et en renforçant les défenses immunitaires.

Certes, mais cette nouvelle offre était-elle nécessaire à Genève? Le conseiller d'État responsable de la Santé en doute. «Le traitement de la douleur fait l'objet de priorités importantes aux HUG. Il est désormais entré dans les bonnes pratiques usuelles de la médecine. De même, les soins palliatifs sont très développés avec un grand effort de formation et un accompagnement pour les médecins de ville.» Pour Mauro Poggia, «l'offre publique n'est clairement pas en retard dans ce domaine et l'ouverture d'un centre privé pourrait être un signe de plus de la course en avant vers une offre pléthorique,

donc chère, et dont l'utilité est très marginale pour améliorer les soins à la population».

La nouvelle clinique fera-t-elle grimper les coûts? «Nous ne demandons que très peu d'examen et agissons en accord avec les médecins qui nous envoient des patients pour rien dupliquer», répond le Dr Rutschmann. «Ce qui coûte le plus cher, c'est l'errance médicale, ajoute le Dr Perruchoud. Pour ne parler que des implants, ils ont prouvé leur efficacité: on évite une réhospitalisation, on octroie plus d'autonomie au patient, on réduit les effets secondaires et le recours à d'autres médicaments. Les Britanniques, très regardants sur l'argent, ont adopté ces techniques.»

Enfin, traiter la douleur plus largement permettra selon eux de réduire les coûts de l'assurance invalidité et la perte de gains. «Au bout de la chaîne, on est gagnant.» S.D.

Les HUG aussi

Les Hôpitaux universitaires de Genève (HUG) ont également un centre multidisciplinaire d'évaluation et de traitement de la douleur. Il reçoit plus de 600 nouveaux patients par an, y compris des enfants, indique sa responsable, la doctoresse Valérie Pignat, anesthésiste et pharmacologue, également formée en hypnose. Le centre, qui réunit 18 collaborateurs (à temps partiel), assure plus de 2000 consultations par an.

Les traitements sont individualisés Le temps d'attente pour obtenir un rendez-vous, qui était de deux mois, a été réduit à un délai de deux à quatre semaines. **Quelle différence** avec la nouvelle clinique de La Tour? Tout d'abord, les HUG disposent de tous les spécialistes sur le même lieu. Ensuite, le centre des HUG réalise des missions d'enseignement et accomplit de la recherche clinique, propre à un hôpital universitaire. Il a une longue expérience dans le traitement médical, psychologique et émotionnel de la douleur. S.D.

PUBLICITÉ

Tribune de Genève Partenaire média

BOL D'OR MIRABAUD
8-10 JUIN 2018
WWW.BOLDORMIRABAUD.CH GENÈVE

80^e édition

MIRABAUD HUBLOT

EXPOSITION DU 30 MAI AU 17 JUIN
LE BOL D'OR - 80 ANS D'HISTOIRE EN IMAGES 1939-2018
Genève - Rotonde du Mont-Blanc en rive droite et Quai du Général Guisan, embarcadère du Molard, en rive gauche

Contrôle qualité