

Le mouvement : même pas peur !



François Luthi, Philippe Vuistiner et tous les autres !

Introduction

- En présence de douleurs chroniques, les patients adoptent différentes stratégies pour gérer à la fois la douleur et l'activité
- La plus connue: modèle peur-évitement (fear-avoidance)

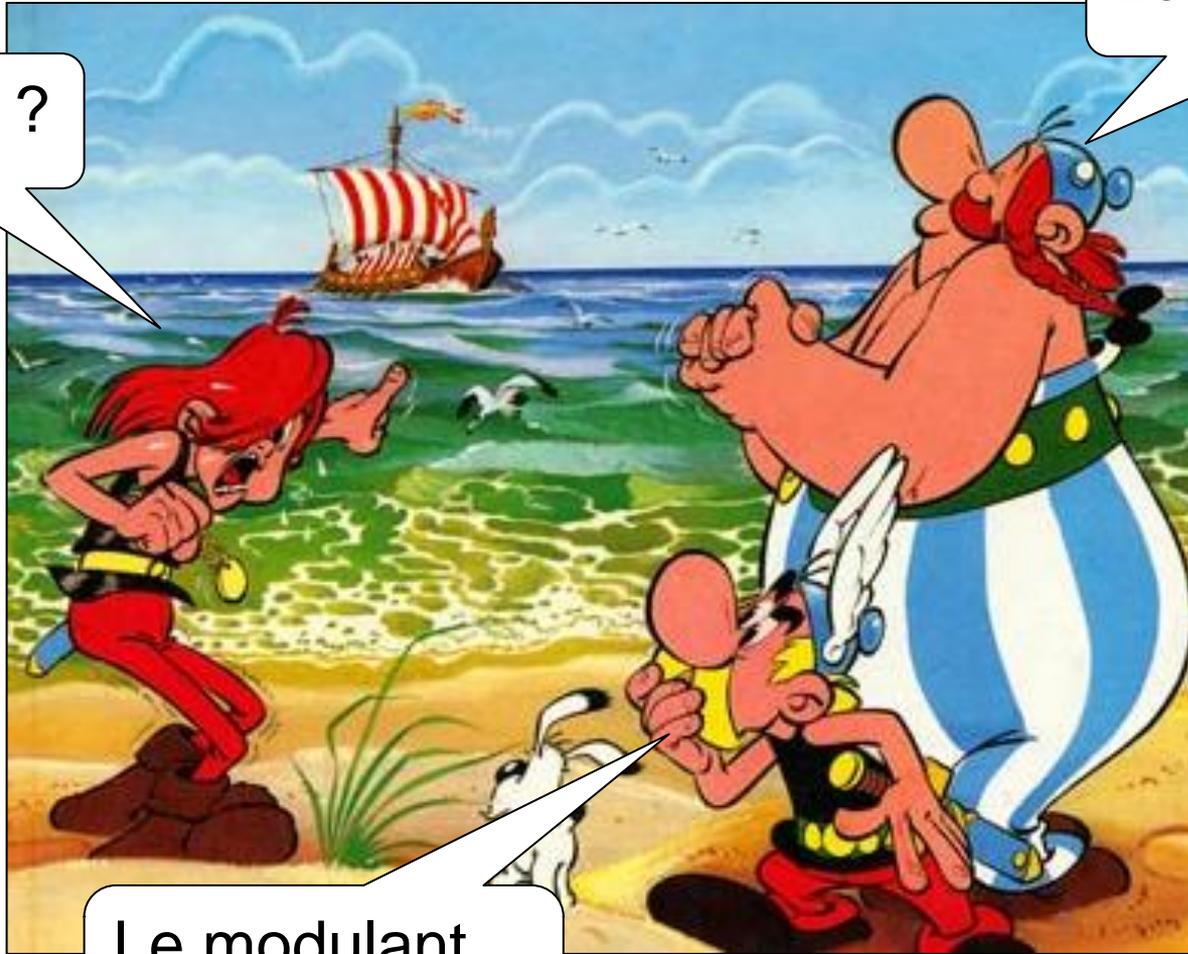


Évitement - endurance



Question de recherche: hors lombalgie ?

L'évitant ?



Le persistant ?

Le modulant
ou adaptatif ?

Matériel & Méthode

Patients: réadaptation après un traumatisme de l'appareil locomoteur (retour au travail ?)

- Douleur chronique: ~ 9 mois
- Traumatisme: membres supérieurs, inférieurs, rachis
- Prédominance travailleurs manuels
- *Évaluation subjective: questionnaires*
- *Évaluation objective: tests de performance*
- Statistiques descriptives

Classement: patterns d'activité

Classification:

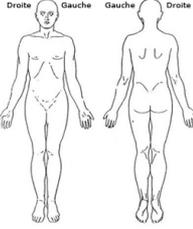
- Questionnaire POAM-P: évitant, modulant, persistant
- Questionnaire TAMPA (TSK): kinésiophobie

Hypothèse: évitant < endurant < modulant

Questionnaires

Questionnaire douleur: Brief Pain Inventory (BPI) du 27.01.2015 (27.01.2015) (Patient Test, 03.03.1983, n° OPALE 0, séjour 1)

01. Indiquez sur ce schéma où se trouve votre douleur en noircissant la zone. Mettez sur le dessin un "X" à l'endroit où vous ressentez la douleur la plus intense.



02. SVP, sur cette échelle veuillez indiquer la valeur qui décrit le mieux la douleur la plus intense que vous ayez ressentie les dernières 24 heures

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aucune douleur			Douleur la plus forte possible							

03. SVP, sur cette échelle veuillez indiquer la valeur qui décrit le mieux la douleur la plus faible que vous ayez ressentie les dernières 24 heures

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aucune douleur			Douleur la plus forte possible							

04. SVP, sur cette échelle veuillez indiquer la valeur qui décrit le mieux votre douleur en général

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aucune douleur			Douleur la plus forte possible							

05. SVP, sur cette échelle veuillez indiquer la valeur qui décrit le mieux votre douleur en ce moment

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aucune douleur			Douleur la plus forte possible							

06. La semaine dernière, quel soulagement les traitements ou les médicaments que vous prenez vous ont-ils apporté ? Pouvez-vous indiquer le pourcentage d'amélioration obtenu ?

0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
<input type="checkbox"/>										
Aucune amélioration			Amélioration complète							

Douleur
(BPI)

Echelle HAD du 27.01.2015 (27.01.2015) (Patient Test, 03.03.1983, n° OPALE 0, séjour 1)

Les émotions jouent un rôle important dans la survenue du stress. Ce questionnaire a été conçu pour mieux connaître ce que vous éprouvez vous-même sur le plan émotionnel. Lisez chaque série de questions et cochez la réponse qui exprime le mieux ce que vous avez éprouvé au cours de la semaine qui vient de s'écouler. Ne vous attardez pas sur la réponse à donner; votre réaction immédiate fournira probablement une meilleure indication de ce que vous éprouvez, plutôt qu'une réponse longuement méditée.

Mettez une croix dans la case correspondante

01. Je me sens tendu(e) ou énervé(e) la plupart du temps souvent de temps en temps jamais

02. Je prends plaisir aux mêmes choses qu'autrefois oui, tout autant pas autant un peu seulement presque plus

03. J'ai une sensation de peur comme si quelque chose d'horrible allait m'arriver oui, très nettement oui, mais ce n'est pas trop grave un peu, mais cela ne m'inquiète pas pas du tout

04. Je ris facilement et vois le bon côté des choses autant que par le passé plus autant qu'avant vraiment moins qu'avant plus du tout

05. Je me fais du souci très souvent assez souvent occasionnellement très occasionnellement

06. Je suis de bonne humeur jamais rarement assez souvent la plupart du temps

07. Je peux rester tranquillement assis(e) à ne rien faire et me sentir décontracté(e) oui, quoi qu'il arrive oui, en général rarement jamais

08. J'ai l'impression de fonctionner au ralenti presque toujours

Dépression
(HADs)

Capable Limité Incapable

P-7 Abaisser une caisse de 5 kg de la hauteur des yeux jusqu'au sol. 1 2 3 4 5

P-8 Abaisser une caisse de 5 kg d'un établi jusqu'au sol. 1 2 3 4 5

P-9 Soulever une caisse de 5 kg du sol jusqu'à la hauteur des yeux. 1 2 3 4 5

P-10 Soulever une caisse de 5 kg du sol sur un établi. 1 2 3 4 5

Capable Limité Incapable

P-11 Charger un sac à provisions de 10 kg dans le coffre d'une voiture. 1 2 3 4 5

P-12 Abaisser une caisse de 10 kilos de la hauteur des yeux jusqu'au sol. 1 2 3 4 5

P-13 Décharger un sac à provisions de 10 kg du coffre d'une voiture. 1 2 3 4 5

P-14 Soulever une caisse de 10 kg du sol jusqu'à la hauteur des yeux. 1 2 3 4 5

Efficacité
perçue
(SHS/HFS)

Tests



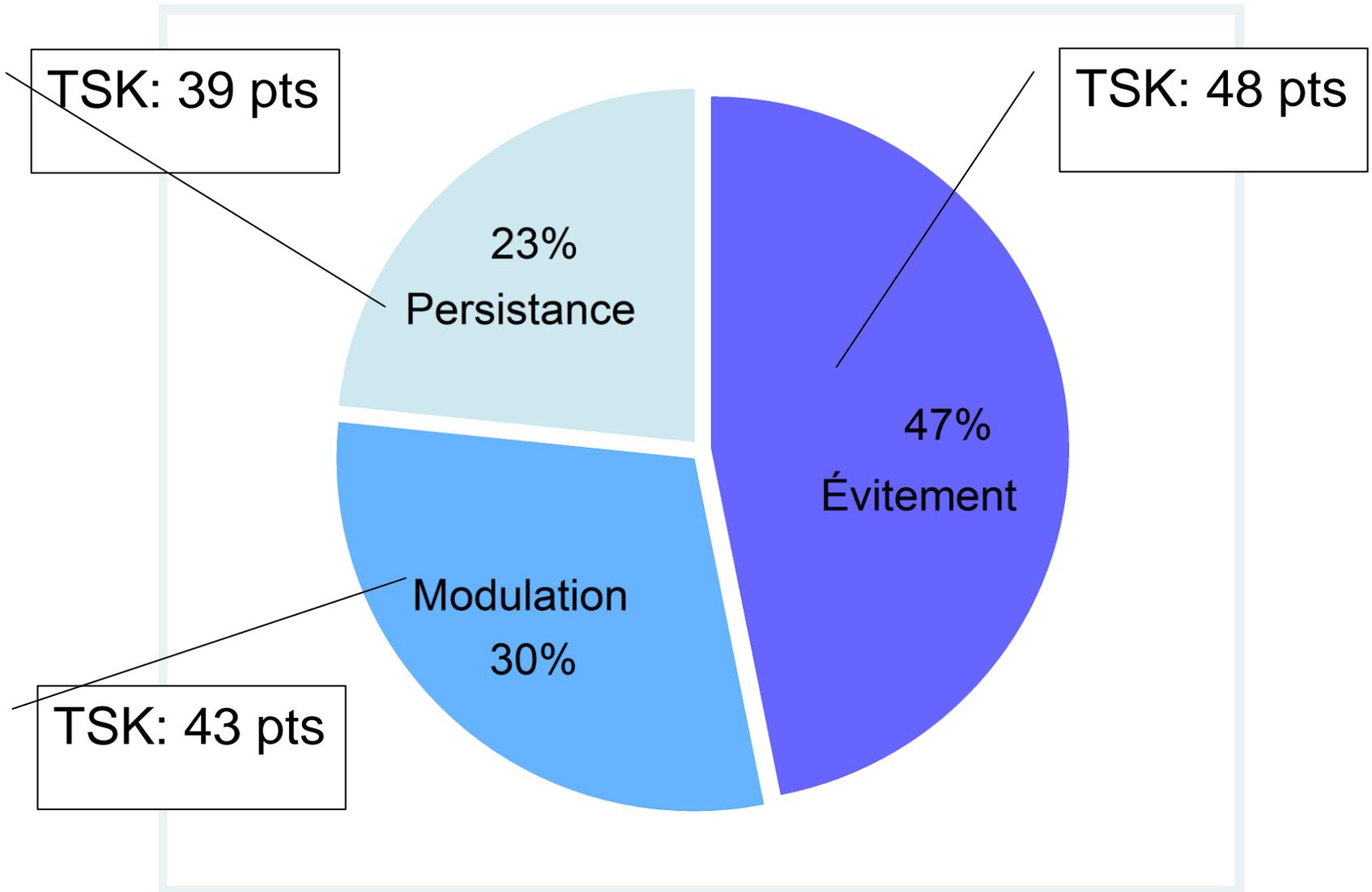
6 minutes



PILE test

MSEC, Escaliers 1', Assis-debout 5x

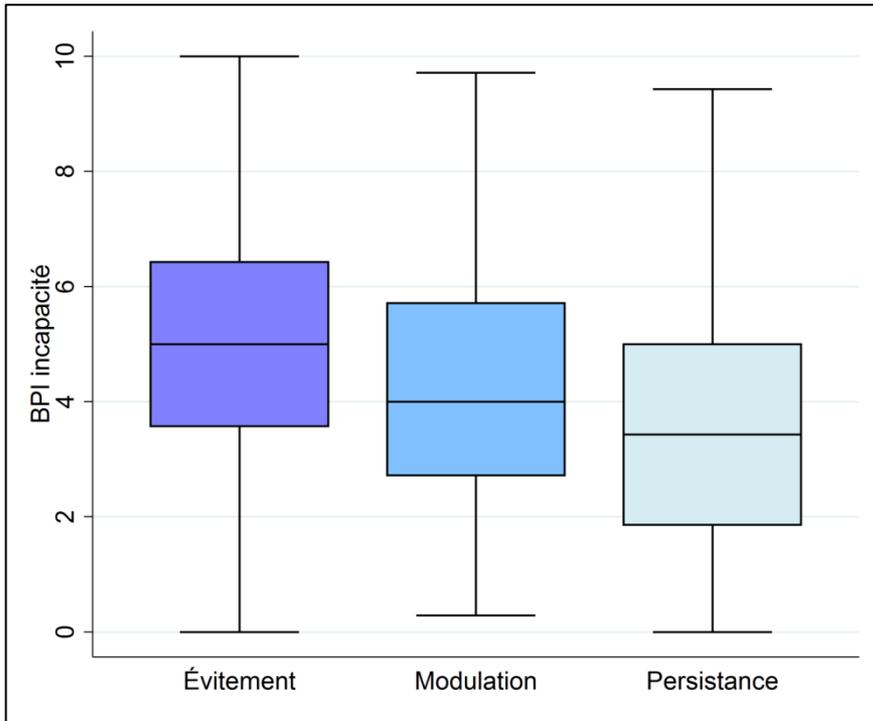
Résultats



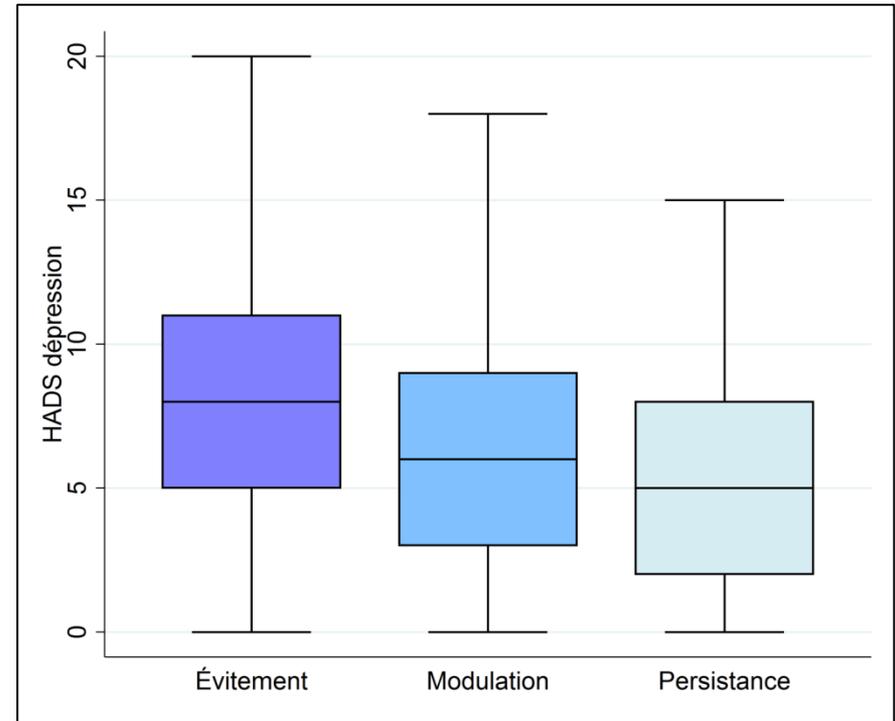
Scores POAM-P

	Évitement	Modulation	Persistance
Participants (n= 535)	249	157	119
Scores POAM-P (0-40pts)			
Évitement	33	26	19
Modulation	26	33	18
Persistance	17	20	29

Questionnaires: douleur & dépression

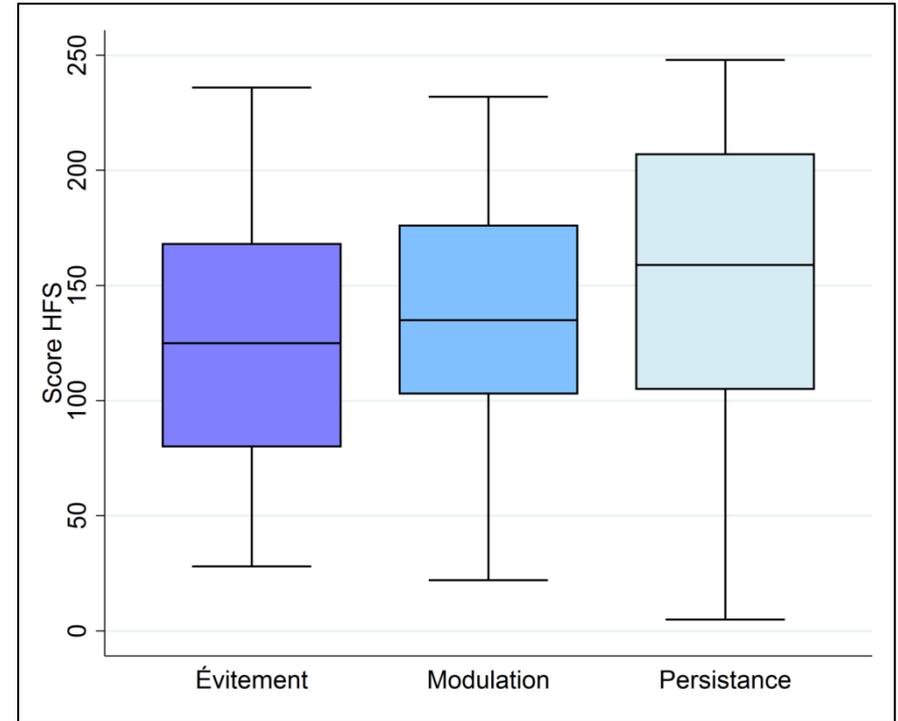
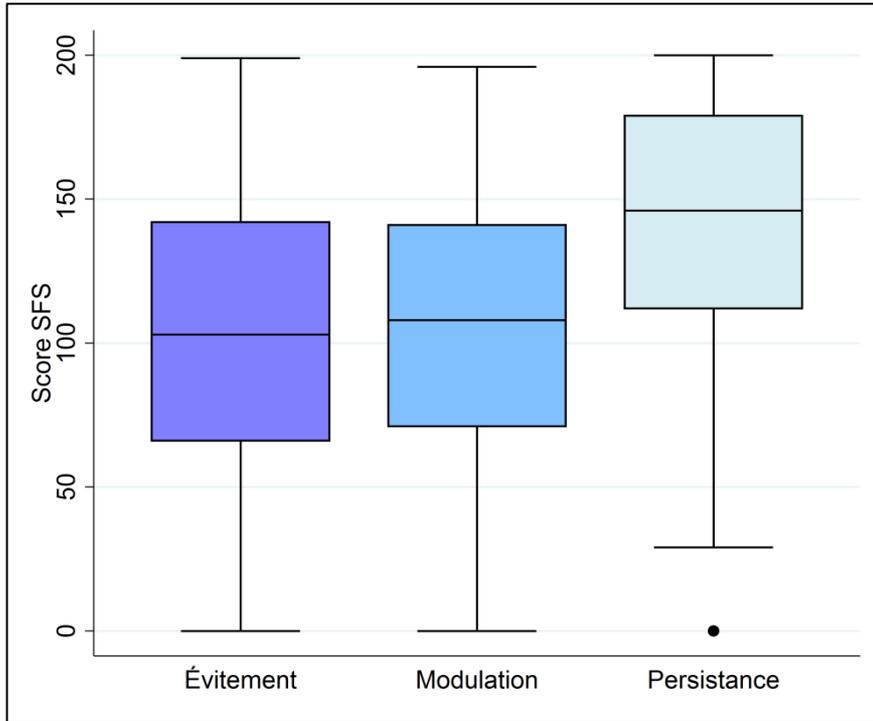


BPI:
interférence de la douleur



HAD:
dépression

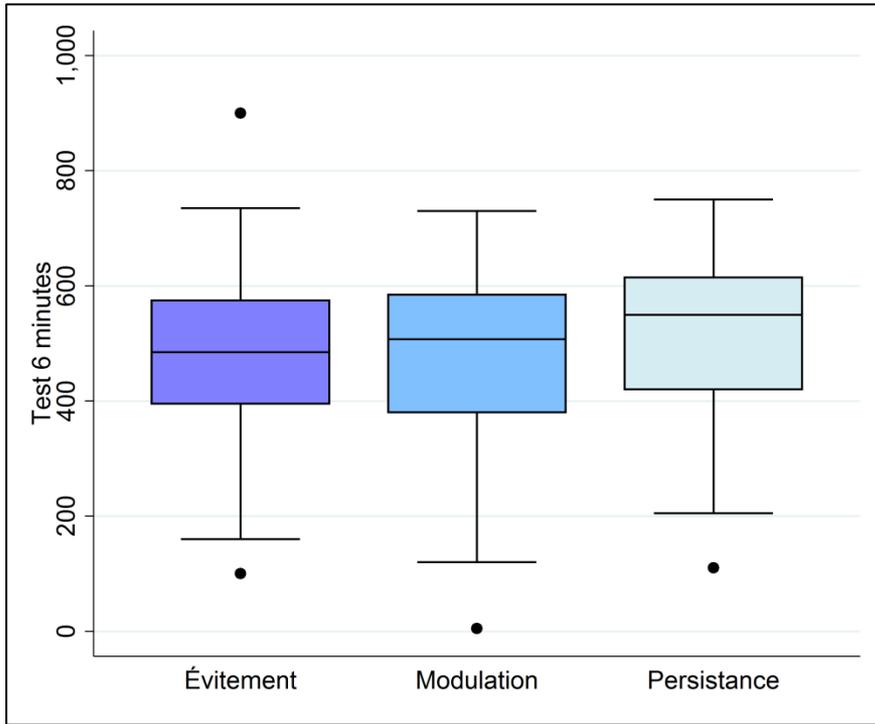
Efficacité perçue



Membre inférieur
et rachis
(Δ : activité moyenne-sédentaire)

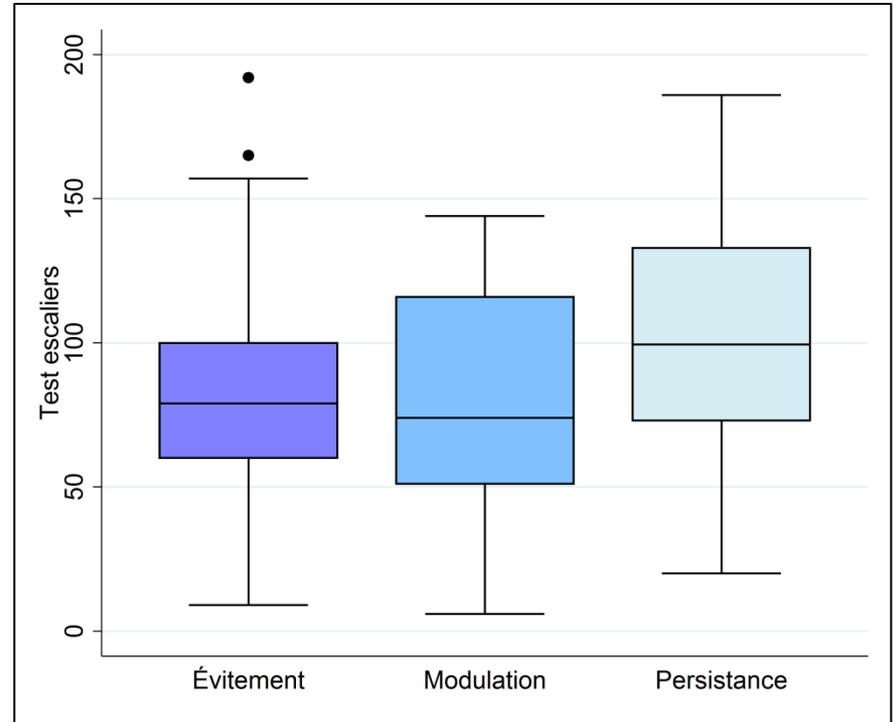
Membre supérieur
(Δ : activité moyenne-sédentaire)

Tests



6 minutes

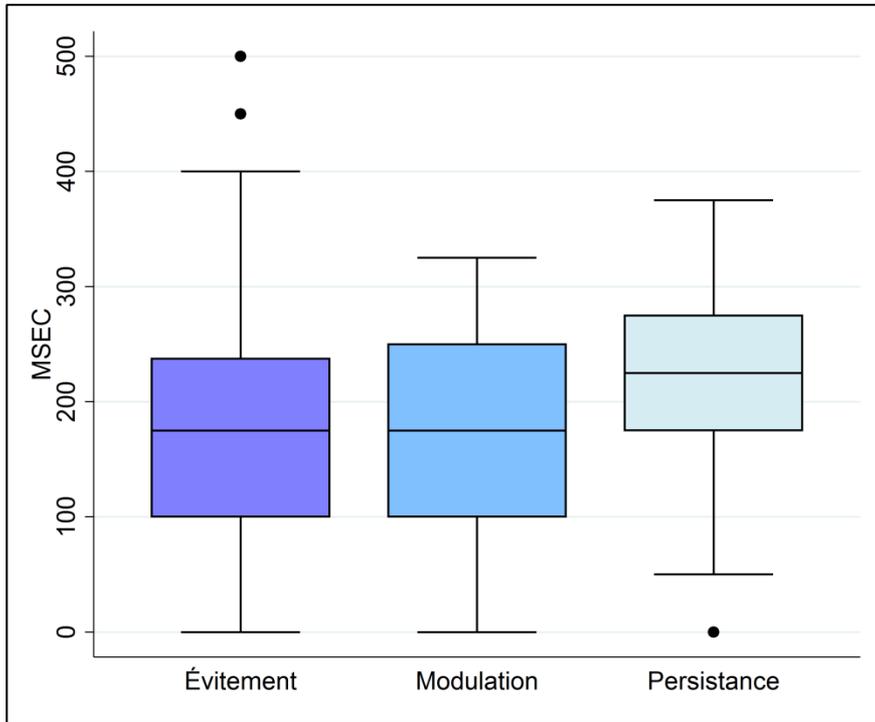
$\Delta = 65$ mètres



Escaliers 1'

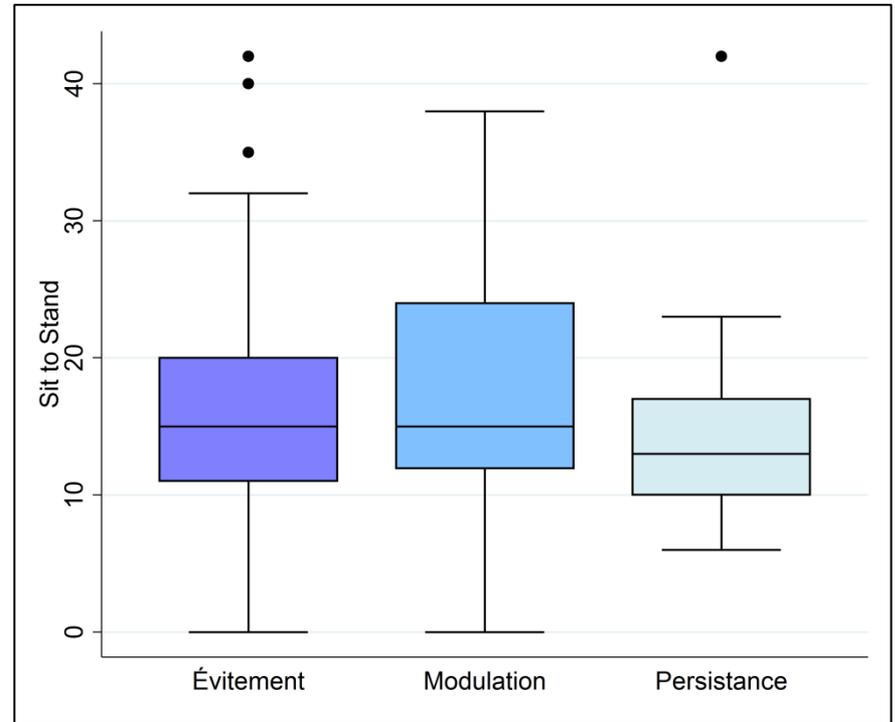
$\Delta = 20$ marches

Tests



MSEC

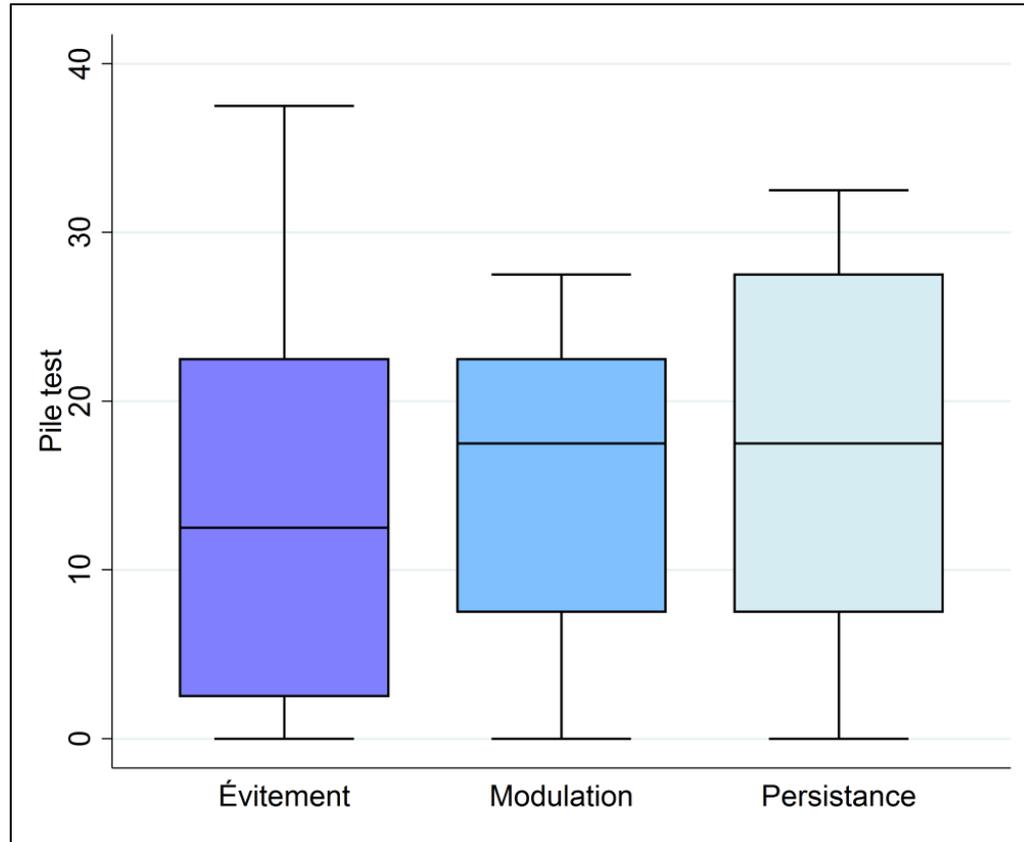
$\Delta = 50$ watts



Assis-debout

$\Delta = - 2$ secondes

Tests



PILE test

$\Delta = 5$ kilos

Discussion-conclusion

- Les 3 patterns principaux sont retrouvés
- Grande variation - sous-groupes
- Hypothèse de départ n'est que partiellement confirmée
- «Le mouvement: même pas peur !» semble plus favorable
- Modulant ~ Évitant ?
- Implication clinique: discours thérapeutique adapté ?
- Nécessite confirmation et suivi

Merci !

