

L'algodystrophie sympathique réflexe (ADSR)

L'algodystrophie sympathique réflexe (ADSR) est aussi appelée « dystrophie sympathique » (ou Complex Regional Pain Syndrome : CRPS). C'est un problème causé par une perturbation au niveau du système nerveux sympathique. Elle peut survenir sans facteur déclenchant ou à la suite d'un traumatisme comme une fracture, une entorse ou une chirurgie. C'est une maladie qui est peu connue.

L'algodystrophie comporte différentes phases qui peuvent s'étendre de 6 mois à 2 ans et plus quelques fois. C'est un problème long. Le rétablissement peut être partiel et laisser la personne avec de la douleur et/ou des limitations fonctionnelles. Son évolution comme les symptômes présents peuvent différer d'une personne à l'autre.

L'algodystrophie se manifeste de façon variable chez les personnes. Il peut y avoir de la douleur, de la raideur, de l'oedème (enflure) au membre atteint. La sudation (transpiration) peut être plus importante et l'aspect de la peau peut être modifié. Il peut aussi y avoir des changements dans la coloration et dans la température du membre. La douleur peut être très intense comme elle peut être faible. Elle se présente sous forme de brûlure, d'élançement, de choc électrique. La douleur est généralement présente de façon continue. Elle peut aussi augmenter de façon vive lors du toucher du membre ou lors d'un mouvement.

À la clinique antidouleur, nous désirons intervenir tôt dans le processus de la maladie. Ainsi, nous visons à favoriser au maximum votre rétablissement et à éviter des problèmes importants à long terme. Selon les indications, nous effectuerons des infiltrations et nous vous prescrirons des médicaments. De même, des traitements de physiothérapie et un suivi en psychologie pourront vous aider.

Infiltrations

Le type d'infiltration est choisi selon le membre atteint et les symptômes présents. Les infiltrations effectuées peuvent être des blocs stellaires, des blocs sympathiques, des blocs veineux ou d'autres types de blocs. Ces infiltrations ont pour but de diminuer l'action du système nerveux sympathique et des autres mécanismes qui peuvent entretenir l'algodystrophie. Les infiltrations peuvent être effectuées fréquemment, soit une à deux fois par semaine. Elles peuvent par la suite être graduellement distancées ou cessées selon les progrès réalisés. Au moment propice, vous recevrez les informations nécessaires concernant ces infiltrations.

Médicaments

Les médicaments prescrits peuvent être des coanalgésiques et des analgésiques narcotiques. Les coanalgésiques visent à diminuer la sensation de brûlure, d'élançement ou de choc électrique. Différents médicaments peuvent aussi vous être prescrits. Le type de coanalgésiques (antidépresseurs, anticonvulsivants, etc.) et les doses seront régulièrement ajustées. Ces médicaments doivent être pris de façon régulière selon la prescription médicale. Occasionnellement, les narcotiques peuvent être pris afin d'assurer un meilleur soulagement de vos douleurs.

Physiothérapie

Des traitements réguliers de physiothérapie, soit à chaque jour ou aux 2 jours sont importants pour votre rétablissement. Ces traitements vous aideront à réduire la raideur du membre et à augmenter sa mobilité. À la clinique antidouleur, une physiothérapeute pourra venir mobiliser votre membre après l'infiltration. À la maison, nous vous recommandons de pratiquer les exercices indiqués par votre physiothérapeute. Ces exercices sont, selon le membre atteint, serrer une balle molle avec la main, des bains contrastes chauds-froids, etc.

Psychologie

Vivre avec une algodystrophie est difficile. Le temps exigé pour les traitements, l'énergie requise pour s'adapter à cette situation peuvent nuire à votre qualité de vie. La douleur chronique et les limitations fonctionnelles demandent beaucoup sur le plan émotif. Vous pourrez avoir de la difficulté à dormir, vous sentir anxieux, irritable et/ou déprimé. Aussi un suivi en psychologie est nécessaire pour toute personne qui présente ce problème. Des rencontres régulières avec le psychologue vous permettront d'exprimer vos inquiétudes, de ventiler vos émotions, d'obtenir un soutien important et essentiel pour vivre cette période.

Au début, il se peut que la douleur demeure aussi intense malgré les infiltrations et les médicaments. Cette période de douleur vive pourra vous sembler difficile à vivre. Nous vous recommandons d'assister à tous vos traitements et à prendre vos médicaments tels que prescrits. Votre collaboration aux traitements contribuera à favoriser le soulagement de vos douleurs et votre rétablissement.

Rappelez-vous que **vous pouvez agir sur votre douleur** par :

- de la distraction
- de la relaxation (musique, etc.)
- des passe-temps que vous aimez

Le contenu de ce document ne prétend pas, ni n'est destiné à remplacer les recommandations médicales, diagnostics ou traitements effectués par votre médecin.

Il est toujours recommandé de consulter votre médecin pour toute question médicale liée à votre maladie ou état de santé.