

Mise en place en proximité d'un programme d'éducation thérapeutique destiné aux patients souffrant de douleurs chroniques (hors pathologies cancéreuses) sur un territoire du Val de Marne Ouest.

En 2019, afin de répondre aux besoins de prise en charge des patients douloureux chroniques sur l'ouest du département du Val-de-Marne¹, l'équipe de soins primaires (ESP) de l'Haÿ-les-Roses-Cachan² du Pôle de Santé 94, en partenariat avec le réseau Lutter Contre la Douleur (LCD), a développé un parcours d'éducation thérapeutique (ETP) de proximité.

Son objectif était double :

- permettre aux patients douloureux chroniques du territoire, en situation complexe, d'améliorer la compréhension de la douleur, de savoir mieux gérer les crises, d'acquérir des compétences d'auto-soin et d'améliorer la qualité de vie,
- permettre à une équipe d'ESP de s'approprier **une démarche d'ETP de proximité, intégrée aux soins.**

Au sein de l'ESP, une équipe a été constituée composée d'un médecin déjà formé à l'ETP et de 4 professionnels (1 médecin, 2 infirmières et 1 coordinatrice) qui ont suivi la formation à l'ETP (40 h) organisée par LCD à l'automne 2018.

Les patients, repérés par leur médecin traitant comme pouvant bénéficier de ce dispositif, ont été intégrés dans **un parcours qui s'est déroulé sur 4 mois**, d'avril à juillet 2019. Ceux-ci se sont vus proposer un **bilan éducatif initial** réalisé par les professionnels de l'équipe et **un atelier MBSR³ de 9 séances** qui s'est tenu en soirée (à un horaire compatible pour les personnes en activité), en proximité (dans les locaux de l'hôpital local de Chevilly-Larue). Pour cette première expérience, sur les 14 patients adressés par les médecins généralistes, 10 ont été inclus et ont suivi l'atelier.

Une **évaluation quantitative** a été réalisée à partir des questionnaires élaborés par le réseau LCD. Le premier questionnaire dit d'auto-évaluation portait sur la compréhension et la gestion de la douleur par les patients, le deuxième dit d'acquisition des compétences sur la pratique du MBSR, l'évaluation de l'amélioration de la qualité de vie et un indice de satisfaction de l'atelier. Ceux-ci ont été administrés avant les ateliers puis au moment des bilans de suivi.

Les principaux résultats sont les suivants :

- Compréhension de la douleur : + 0,7 en moyenne (sur une échelle de 1 à 5)
- Gestion de la douleur : + 1 en moyenne (sur une échelle de 1 à 5)
- Acquisition de compétences (nombre de séances MBSR réalisées par les patients à domicile par semaine) : 1/3 pratique la MBSR tous les jours, 1/3 deux fois par semaine, 1/3 trois fois par semaine
- Amélioration de la qualité de vie : 50 % l'ont jugée très importante/importante, 25 % l'ont jugée moyenne et 25 % légère
- Indice de satisfaction concernant l'atelier : 100 % très satisfaisant/satisfaisant

En termes d'organisation des soins, la prise en charge des personnes vivant avec une pathologie chronique nécessite une approche en proximité, c'est-à-dire avant tout là où elles vivent. Cette prise en charge en soins primaires appelle un travail en équipe pluriprofessionnelle. Compte tenu de ces premiers résultats, **cette innovation organisationnelle a vocation à être développée en introduisant sur le territoire de nouvelles activités éducatives visant à mieux prendre en charge la douleur.**

Par ailleurs, cette articulation entre une équipe de soins primaires impliquée et formée à l'ETP et un dispositif régional ou territorial porteur d'un programme ETP thématique, comme le réseau de santé LCD, pourra probablement être étendue à d'autres aires thérapeutiques (notamment diabète, insuffisance cardiaque, BPCO, ...).

*Isabelle Baldisser – Chargée de mission du Pôle de Santé 94, Coordinatrice administrative
Jacques Cittée – Administrateur du Pôle de Santé 94, Coordinateur médical*

¹ Le territoire ne compte que 2 services spécialisés douleurs chroniques (SCD) : l'Institut Gustave Roussy (uniquement pour les patients atteints de cancer) et l'hôpital Bicêtre avec des délais d'attente moyen de plus de 3 mois.

² L'ESP de l'Haÿ-les-Roses-Cachan est intégrée à la Société interprofessionnelle de soins ambulatoires (SISA) du Pôle de santé pluriprofessionnel du Val-de-Marne (PSP 94), maison de santé pluriprofessionnelle (MSP) « hors les murs » regroupant des professionnels de santé libéraux exerçant dans le champ ambulatoire de proximité des soins de premiers recours. L'ESP de l'Haÿ-les-Roses regroupe 17 professionnels de santé libéraux (6 médecins généralistes, 2 psychiatres, 4 infirmières, 1 kinésithérapeute, 1 diététicienne, 3 pharmaciens).

³ MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) : réduction du stress par des techniques de relaxation et de méditation de pleine conscience.