

# ASSOCIATION FRANCOPHONE pour VAINCRE les DOULEURS

Membre fondateur de l'ADES - Alliance Douleur En Souffrance



*Bulletin n°6 - Juin 2011*

«La douleur  
ne laisse pas de place  
aux vacances»

Siège social : La Tillerolle

Chez Martine Chauvin : 1, Route de la Petite Roche - 79200 POMPAIRE (France)

Portable : 06 15 57 83 83 - Info Patients : 0 810 510 310 (*prix d'un appel local*)

Horaires conseillés : du lundi au vendredi de 10h. à 12h., de 15h. à 18h. et de 20h. à 21h.

Samedi 11h. à 12h. et 16h. à 18 h. Pas de permanence le Dimanche et les jours fériés.

E-mail : [association-afvd@neuf.fr](mailto:association-afvd@neuf.fr) - Site Internet : <http://www.association-afvd.com>

## Sommaire

Page 2	Mot de la Présidente
Page 3 à 5	Rapport d'activités du 1 <sup>er</sup> Octobre 2010 au 31 Mai 2011
Page 6	Le site de l'AFVD
Page 7	Les Antennes Régionales
Page 8	La plateforme téléphonique
Page 9	Le Théâtre Forum « Aïe plus jamais ça »
Page 10 à 13	Témoignages
Page 14 à 15	Notre bibliothèque
Page 16	Pourquoi adhérer



Chers Amis,

Pour l'AFVD l'année 2011 est placée sous le signe des interventions auprès des Institutions.

En plus de travailler sans relâche pour les patients à leurs côtés dans les régions, nous mettons toutes nos forces à nous faire entendre, afin que la douleur chronique soit reconnue comme une spécialité, une maladie à part entière.

Nous pensons avant tout à toutes les personnes malades et à leur entourage, quelles que soient les maladies, quelles que soient les douleurs.

Nous souhaitons qu'à court terme chaque personne qui souffre sache où se diriger pour obtenir des soins, qu'elle puisse avoir accès à ces soins mais avant tout qu'elle soit crue et entendue.

C'est dans cet objectif que nous sommes allés au Parlement Européen au début du mois de mai pour participer au colloque « Sociétal Impact of Pain ». A la fin du mois de juin nous interviendrons au Sénat à l'occasion du débat intitulé « La douleur chronique en France ».

Près d'un quart de la population Française a déjà vécu ou vit une douleur chronique (qui dure plus de trois mois), les répercussions sont importantes tant sur le plan humain qu'économique : il y a un choix de société à faire !

Nous espérons vivement que les décideurs soient sensibilisés à cet enjeu.

**Martine CHAUVIN**

## Présentation des activités effectuées sur l'année (d'Octobre 2010 à Mai 2011)

### OCTOBRE

- Le **Lundi 4 Octobre** rendez-vous téléphone Marie Boutet atelier SFETD Marseille
- Le **Vendredi 8 Octobre** Journée Thématique Douleur SFETD Paris, présence de Matilde rencontre de médecins sur l'algoneurodystrophie.  
Réunion du conseil d'administration de l'AFVD à Parthenay local et présentation de notre parrain Philippe Mistral autour d'un verre de l'amitié avec la participation de la municipalité de Parthenay et nos partenaires locaux.  
Fête de l'AFVD du Poitou-Charentes avec la participation bénévole de Philippe Mistral qui nous a offert son spectacle « Changez d'Air ».



- Le **Samedi 9 Octobre** réunion Philippe Mistral et Maryvonne de Backer préparation du projet France.
- **Mardi 12 Octobre** Journée Mondiale de la Douleur Polyclinique de Poitiers, présence de Martine Faucher, Claudette La Soudière, Isabelle Duclaud et Christiane Wozniack. Stand AFVD.
- Le **Lundi 18 Octobre** Journée Mondiale de la Douleur présence de l'AFVD (stand information) Versailles l'hôpital Mignot et La Pitié Salpêtrière Paris.  
Réseau Régional Douleur Basse-Normandie. Soirée grand public à Caen, dans le cadre de la 5<sup>ème</sup> Journée nationale de la douleur. Les douleurs post-chirurgicales, participation à table ronde avec les intervenants.
- Le **Mercredi 20 Octobre** rendez-vous IGR Villejuif avec le Dr Sophie Laurent prise de contact pour l'installation d'une permanence au centre douleur.  
Rendez-vous Marie Boutet AFAP-NP travail sur l'atelier SFETD « Le Rôle des associations de patients dans l'éducation thérapeutique ».
- Le **Jeudi 21 octobre 2010** à l'IRTS Institut régional du Travail Social de Basse-Normandie avec l'association Handi'Cap Citoyen : Forum Santé, le thème de la journée est le rapport au corps. Rencontre d'une heure pour trois groupes de 15 étudiants de première année tronc commun (un groupe le matin, 2 l'après-midi).  
Présentation de la douleur chronique, comment la surmonter et réaliser un projet de vie, avec intervention de trois autres membres d'HCC sur le thème du handicap et de la pairémulation. Beaucoup de questions de la part des étudiants qui devaient présenter un rapport de leurs rencontres avec les associations présentes ce jour-là.

## NOVEMBRE

- Le **Mardi 9 Novembre** rencontre du progrès médical organisée par le SNITEM Paris.
- Le **Mercredi 17 au Samedi 20 Novembre** congrès de la SFETD Marseille. Rencontres avec des médecins pour la création de permanences, et samedi 20 Novembre présentation de l'Atelier commun avec l'AFAP-NP en Co animation avec le Dr Rodrigue DELEENS pour l'AFVD et le Dr Thibaud RIAANT pour l'AFAP-NP.



- **Jeudi 18 novembre.** Conférence organisée par la Bibliothèque de Saint-Jean le Thomas et l'Association Vivre et Vieillir au Village. La douleur au quotidien, se résigner ou combattre ? Plus d'une soixantaine de personnes ont assisté à la conférence suivie de questions du public.
- Le **Samedi 27 Novembre** entretien téléphone avec Matilde Crespo et Claire Planche de l'AFMASA association de patients concernés par l'algodystrophie.
- Le **Lundi 29 au Mercredi 1<sup>er</sup> Décembre** congrès de la Société Française de Rhumatologie à Paris.
- Le **Mardi 30 Novembre** réunion DGOS et SFETD organisation du cahier des charges des structures douleurs au Ministère de la Santé. Rencontres du Progrès médical SNITEM Paris.

## DECEMBRE

- Le **Mercredi 1<sup>er</sup> Décembre** interview Prima avec la journaliste Bénédycte TRANSON CAPONE.
- Le **Jeudi 2 Décembre** intervention à la conférence de presse organisée par la SFETD « La douleur Chronique Maltraitée ».
- Le **Vendredi 10 Décembre** intervention Inter Clud Angoulême centre de rééducation « Les Glamots »
- Le **Mercredi 15 Décembre** premier contact avec Sylvie Prouteau secrétaire comptable AFVD concrétisation de notre collaboration, rémunération chèque emploi associatif. A compter du 20 décembre Sylvie effectue 3 h/semaine de secrétariat-comptabilité.

## FEVRIER

- Le **Vendredi 4 février 2011** réunion du conseil d'administration à Paris.
- Le **Samedi 5 février 2011** assemblée générale à Paris.

## MARS

- Le **25 Mars 2011** JTD Paris. Journée Thématique Douleur organisée par la SFETD sur le thème "Les douleurs de l'enfant : du nouveau-né à l'adolescent".
- Le **27 Mars 2011** 1<sup>ère</sup> représentation de la pièce « Aie plus jamais ça » (informations en pièces-jointes).



## AVRIL

- Le **1<sup>er</sup> et 2 Avril 2011** Assises nationales de la pairémulation à Niort.
- Le **10 Avril 2011** marathon de Paris (participation de l'équipe médicale de Poitiers).

## MAI

- Le **3 et 4 Mai** intervention de Matilde et Martine au parlement européen dans le cadre de



« Impact sociétal and pain »

- Le **20 Mai 2011** Journée des associations Cochin/Hotel Dieu Rhumatologie

Retrouvez toutes les informations sur le site:

l'agenda des permanences dates, lieux et horaires !

L'agenda des évènements auxquels l'AFVD participe et intervient au nom des patients,

Pour les adhérents, les derniers articles publiés dans la Presse médicale

<http://www.association-afvd.com>



Et abonnez-vous à la Newsletter, vous recevrez nos informations directement chez vous.



## Antenne Poitou-Charentes

Intervenantes AFVD : *Martine CHAUVIN, Martine FAUCHER, Claudette LA SOUDIERE, Isabelle DUCLAUD, Christiane WOZNIACK*

**CHU de Poitiers (86)** : présence d'un patient membre de l'AFVD lors de la consultation douleur pluridisciplinaire de 9h à 16h (le 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> jeudi de chaque mois), Pavillon LEBLAIS.

[www.chu-poitiers.fr](http://www.chu-poitiers.fr)

**Hôpital Nord Deux-Sèvres de Bressuire (79)** : permanence salle d'attente service douleur avec la possibilité d'être reçu individuellement dans le local IRM, le 1<sup>er</sup> vendredi du mois de 10h à 12h

**Maison de la Solidarité à Parthenay (79)** : bureau AFVD, 10-12 rues de la Citadelle permanence le 1<sup>er</sup> vendredi de chaque mois de 15h à 17h.

## Antenne Paris / Ile de France

Intervenantes AFVD : *Matilde CRESPO, Annick GITTON, Daniel ADAM*

**Hôpital Lariboisière à Paris (75)** : en création

**Hôpital Mondor à Créteil (94)**: relai information AFVD au local associatif face à la cafétéria

## Antenne Alsace-Lorraine

Intervenants AFVD : *Patrick et Yasmine ZIMMER, Marie-France GRIMM*

**Clinique de la Toussaint à Strasbourg (67)** : présence de l'antenne régionale 1 mercredi par mois de 10h à 15h30.

**Maison de Santé St Jean à Epinal** : permanence pendant la consultation douleur. Voir les dates sur le site internet ou contacter [patrickzimmer@association-afvd.com](mailto:patrickzimmer@association-afvd.com)

**Forbach** : en création

## Antenne Centre

Intervenantes AFVD : *Laurence OPIGEZ et Ghislaine QUENTIN*

**Clinique de l'Alliance à Tours/St Cyr sur Loire** : permanence le dernier jeudi du mois (en sursuspens dans l'attente d'un local).

**Centre hospitalier de Châteauroux** : permanence à la consultation pluridisciplinaire le dernier jeudi du mois de 14h à 17h. <http://www.ch-chateauroux.fr/>.

Merci de vérifier les dates et les horaires en consultant l'agenda des permanences sur le site ou par mail à [association-afvd@neuf.fr](mailto:association-afvd@neuf.fr).

Les responsables d'antenne se sont engagés à respecter la charte régionale AFVD. Tous les intervenants de l'association sont formés à l'écoute, par un organisme reconnu : l'IPCME (Institut de formation des soignants à l'éducation thérapeutique des patients atteints de maladies chroniques).

## **\_ Plateforme téléphonique \_**

Appeler le **0810 510 310** (coût d'un appel local) tous les jours de 10h à 12h – de 15h à 18h et de 20h à 21h sauf le samedi de 11h à 12h et de 16h à 18h, il n'y a pas de permanence les dimanches et jours fériés.

Un membre de l'AFVD formé à l'écoute téléphonique par un organisme agréé, l'IPCEM (Institut de formation des soignants à l'éducation thérapeutique des patients atteints de maladies chroniques), est là pour vous renseigner et vous aider.

Pendant ces appels le patient est écouté, notamment sur son parcours, et quelques conseils pratiques lui sont apportés en fonction de ses besoins (infos sur les centres de traitement de la douleur ou sur les autres associations si la pathologie est précise). Dans tous les cas, le patient est encouragé à se fixer ses propres objectifs, concernant par exemple la bonne observance de ses traitements, les questionnements au corps médical si nécessaire, les projets personnels qu'il aimerait mener...

Les personnes étant à votre écoute sont :

Madame Martine FAUCHER

Madame Annick GUITTON

Madame Martine CHAUVIN

Madame Laurence OPIGEZ

Monsieur Patrick ZIMMER

## **Théâtre Forum “Aïe plus jamais ça”**

**Principe du théâtre forum** : une compagnie de comédiens joue une courte pièce de 15 à 20mn sur un thème illustrant un sujet d'oppression ou une problématique de la réalité sociale, économique ou sanitaire de la communauté. A la fin de la scène, souvent catastrophiste, le meneur de jeu propose aux spectateurs, à partir de leurs réactions, de rejouer la pièce de manière spontanée pour en modifier le déroulement et l'issue.

**Douleurs Sans Frontières** a eu l'idée d'utiliser ce type de spectacle pour mettre en scène une pièce ayant pour thème " la prise en compte de la douleur". Elle a fait appel à la compagnie TENFOR, pour mener le spectacle <http://www.tenfortheatre.fr/theatreforum.html>

**DSF souhaite compiler l'ensemble des réactions des personnes concernées par la douleur ayant participé aux spectacles, pour élaborer un Livre Blanc qui sera remis aux instances en charge de la Santé.**

**Des associations partenaires** se sont jointes au projet, comme l' AFVD et le CISS, Comité Inter associatif Sur la Santé <http://www.leciss.org/>

**La Première a eu lieu à Lyon le 27 mars dernier**, elle a rencontré un vif succès. D'autres dates sont prévues dans toute la France et vous seront communiquées très prochainement.



*Pour en savoir plus sur le spectacle forum à l'initiative de Douleur Sans Frontières, en partenariat avec l'AFVD : <http://www.douleurs.org>*



# Témoignages

## Nadine, 46 ans

Voici mon deuxième parcours depuis l'implantation médullaire dont j'ai pu bénéficier en juin 2009 par le Docteur DURAND. Je le remercie encore de m'avoir convaincue que c'était la meilleure solution pour mes douleurs. En effet depuis 1997, je souffre de douleurs suite à des sciatiques à répétition au niveau des racines L5-S1 jambe gauche, première opération en septembre 1997 suivie de divers pbases de douleurs jusqu'en 2004 où je vais bénéficier de trois infiltrations qui vont me soulager ponctuellement. En Juillet 2008, cette fois-ci la douleur repart de nouveau au point de ne plus pouvoir poser le pied à terre. Mon médecin traitant me prescrit des anti-inflammatoires qui me soulageront momentanément et je passe entre temps le scanner qui révélera une hernie conflit disco radiculaire L5-S1, jambe droite. Je dois continuer malgré tout à travailler et à conduire ce qui n'arrange pas mes douleurs et mon moral.

En décembre 2008, je décide avec le Dr ATANASIUS l'opération de cette hernie. Je sais que je n'ai pas le choix et là va commencer un combat ; je me fais opérer le 8 décembre, et les douleurs ne partent pas pour autant. Je désespère mais le Dr ATANASIUS ne peut rien pour moi, ça va passer. Je prends mon mal en patience puis je déprime. Finalement je consulte le Dr DURAND qui va changer ma vie en me proposant dans un premier temps de me poser des électrodes au niveau des lombaires, reliées par un boîtier TENS que je branche par épisode ; cela me fait du bien je vais en bénéficier pendant 2 mois jusqu'à la prochaine consultation qui est positive mais pas suffisante. Le Dr DURAND va me proposer l'implantation médullaire et m'explique en quoi cela consiste. Il me propose de rencontrer l'Association AFVD ce que je fais le 8 juin 2009, je reste timide mais finalement Martine CHAUVIN et Martine FAUCHER vont m'expliquer leur parcours, le but de l'implantation et m'encourager.

Je décide donc de le faire... l'implantation définitive a lieu le 28 juin 2010, tout se passe bien, on m'explique comment manipuler ma télécommande, les fourmillements agréables me soulagent, enfin, c'est le début d'une autre vie même si je dois rester très prudente tout le temps afin de ne pas déplacer ma sonde, même si ma vie ne sera plus tout à fait pareille, mais je me bats car je sais que je n'ai pas le choix. Juillet 2009 je revois le Docteur DURAND, tout va bien, je suis heureuse. Je garde contact avec Martine CHAUVIN, je m'associe en tant que bénévole à l'association, je vais avec Martine à la permanence au CHU DE POITIERS, et je me rends compte que d'autres patients sont douloureux et viennent nous demander des conseils. Février 2010 changement de pile, et des douleurs dans les jambes beaucoup moins importantes vont décider le Dr DURAND à me poser une deuxième sonde de 8 plots pour me soulager les lombaires, ce que nous faisons le 12 mai 2010. Depuis cela va bien et je suis toujours suivie cette fois en Région Parisienne, suite à mon déménagement à l'Hôpital Henri Mondor par un neurologue, qui m'a reparamétré en Novembre dernier. Maintenant nous allons essayer de soulager le dos car des douleurs sont apparues au fil des jours et deviennent insupportables, je dois me reposer après chaque effort. J'attends de décider avec le neurologue de ce que l'on va pouvoir faire pour mon dos. Il n'est pas question que je reste avec ses douleurs, je ne veux plus souffrir comme avant, je continue mon combat personnel ainsi que celui de l'Association aux côtés de Martine. Je voudrais tout simplement passer ce message, soyons plus fort que la douleur, ayez le courage de consulter et de faire passer le message cela en vaut la peine.

## Nathalie - Reims

En Janvier 1988, suite à un accident de sport, des douleurs dorsales et de sciatique dans le mollet droit apparaissent. Je rentre à l'hôpital pour subir pendant 15 jours des extensions à la Tillaut. Ces extensions avec des poids au niveau des pieds sont si douloureuses que je suis sous Valium très rapidement. Je sors de l'hôpital 15 jours après avec un corset et je n'ai plus d'équilibre. J'entame alors une longue série de séances de kinésithérapie mais malgré cela, le mal ne diminue pas.

Le 18 Juin 1988, je subis une opération de deux hernies discales au niveau L4-L5, L5-S1 en urgence suite à une paralysie partielle du pied droit. Après deux jours de souffrance, une nouvelle intervention a lieu pour découvrir une fibrose cicatricielle qui sera le début de mes ennuis, puisqu'elle occasionnera à vie des douleurs neuropathiques.

Malgré cette intervention, je sors de la clinique avec des douleurs résiduelles de sciatique dans le mollet droit. Après avoir épuisé la plupart des antalgiques de l'époque, le neurochirurgien qui s'occupe de moi m'adresse à un confrère de l'hôpital de Bordeaux.

C'est là que je découvre le neurostimulateur externe. Cela semble bien me soulager au point que j'investis pour l'acheter (à l'époque ce n'était pas remboursé par la CPAM. Malheureusement au bout de quelques mois, ma peau ne supporte plus les électrodes. Me voici revenue au point de départ.

Le neurochirurgien me propose alors un neurostimulateur implanté selon une toute nouvelle technique. Ne voyant aucune issue, je lui fais confiance pour cette implantation. Il m'implante des électrodes sous anesthésie locale, l'opération dure 3 fois plus longtemps que prévu car des barrières empêchent de faire monter correctement les électrodes. Je reste plusieurs jours avec le boîtier à l'extérieur afin de voir si tout fonctionne correctement, si les sensations sont bonnes. En fin Novembre 1989, me voici implantée en profondeur. J'ai à l'époque 28 ans.

Dans un premier temps, il n'est pas question d'avoir un enfant, mais au fil du temps, les contrôles étant toujours positifs, je reçois l'autorisation pour concevoir un enfant. Après une grossesse couchée de 8 mois et une césarienne, nous avons la joie d'accueillir un petit garçon en 1992. Nous n'aurons qu'un enfant car il n'est pas facile de s'occuper d'un bébé au quotidien avec le handicap qui est le mien.

Tout se déroule bien avec des contrôles tous les six mois. Mais en 2003, plus aucune stimulation dans la jambe. Ce n'est pas la pile mais les électrodes qui sont descendues et ne font plus leur usage. Ayant déménagé entre temps, je suis suivie à Créteil et il faut prévoir une nouvelle implantation ainsi que la suppression de l'ancien matériel. En Juin 2003, je suis donc implantée de nouvelles électrodes sous anesthésie générale et le neurochirurgien ne parvient pas à ôter l'intégralité de l'ancien matériel. Cela ne m'empêchera pas de vivre mais c'est gênant. Après 15 jours d'hospitalisation, je rentre enfin chez moi.

Depuis cette date, j'ai été obligée de faire changer la pile une fois et je continue d'aller régulièrement à mes contrôles semestriels. Je parviens à travailler avec un aménagement d'horaires et je me fais aider pour les tâches ménagères.

La neuro-stimulation a changé ma vie, même si tout n'est pas parfait, je peux vivre presque normalement.

Gardez courage, le parcours est parfois long mais cela vaut la peine.

## Zoom sur l'Europe : Extraits de l'intervention de Martine CHAUVIN au Parlement Européen de Bruxelles représentant les patients

### La douleur :

«...La douleur devrait être au premier plan du système de santé national. La douleur : c'est quoi ? Ce n'est pas « j'ai mal et cela va passer ». Non, la douleur n'est pas une fatalité !»

«C'est souffrir au quotidien, toute la journée, toute la nuit, toute la semaine et toute l'année sans relâche. Elle ne vous laisse aucun répit. Elle vous détruit votre vie, et avant de se reconstruire il se passe beaucoup trop de temps.»

### La prise en charge de la douleur :

«Le temps de recherche de traitements avant l'arrivée en « structure de traitement de la douleur » est tellement long, que les patients sont déjà en grandes difficultés.

La douleur vous ronge intellectuellement au point de ne plus pouvoir être maître de sa vie.»

«De plus, lorsque les patients ont la chance de connaître l'existence de Centres de Traitement de la Douleur, le délai d'attente pour obtenir un rendez-vous est encore trop long : en moyenne en France cela peut aller de 2 à 8 mois.

Cette attente entraîne des arrêts de travail beaucoup trop longs, soit un coût très important pour la Société. Cette situation entraîne des douleurs supplémentaires, c'est un traumatisme pour le patient que d'être inutile, dévalorisé, incompris par son employeur et ses collègues.»

«L'errance thérapeutique entraîne les malades vers la solitude et une détresse physique bien entendu, mais également morale. Les amis s'éloignent, l'administratif est lourd et quand vous souffrez il est extrêmement difficile de gérer sa douleur et se battre au quotidien. Remplir ces dossiers (CPAM, MDPH, Assurances...) est une dure épreuve.»

«Quand les patients arrivent vers une association, ils sont à bout de souffle et à leur limite psychologique. Beaucoup sont au bout de ce qu'ils peuvent vivre, ils ont envie d'en finir, car oui : quand on souffre tous les jours, à chaque heure, chaque minute, les weekends, les vacances, plus rien n'existe...»

## En direct des Régions : les bénévoles ont la parole

### Patrick Zimmer, bénévole en Alsace-Lorraine

Après avoir subi 2 opérations pour des hernies discales en 1988, puis en 1995, j'ai ressenti des douleurs de plus en plus fortes, qui m'ont empêché de reprendre le travail. Malgré les traitements médicaux, les cures et les massages chez le kinésithérapeute, les douleurs ont empiré.

Mon généraliste m'a alors envoyé vers un Centre de Traitement de la Douleur à Strasbourg où le protocole d'exams et de soins mis en place n'a pas donné de résultat. En 2000, nouvelle hospitalisation et 3ème intervention pour hernie discale. Les douleurs sont restées et j'ai eu une paresthésie des orteils du pied droit. En 2006, ma jambe gauche reste paralysée, hospitalisé d'urgence à Nancy, je suis opéré pour la 4ème fois.

Suivi désormais par le Dr SIMON à Strasbourg, je lui explique que mes douleurs m'empêchent de pro-

fiter de la vie, de mes petits enfants, de ma maison de mon jardin et que je ne supporte plus le moindre bruit autour de moi. Cette dame va me ramener à la vie ! Le traitement qu'elle met en place me permet d'être soulagé pendant des périodes de 2 mois, en 2009 elle me propose l'implantation d'un Neurostimulateur réduisant mes douleurs de 80%.

A l'occasion de cette dernière intervention, j'ai appris l'existence de l'AFVD, et j'ai téléphoné à la Présidente Martine CHAUVIN, qui m'a proposé de me joindre à l'équipe des bénévoles. Le Dr SIMON a rapidement accepté l'idée d'ouvrir une permanence pour les patients et leur entourage, une autre patiente Marie France GRIMM m'a rapidement rejoint pour m'épauler. Une 2ème permanence a été créée récemment à Epinal dans le Service du Dr GRANDHAYE, je la co-anime avec Yasmine, mon épouse, qui m'a toujours soutenu au cours de ces années difficiles.

En octobre prochain, à l'occasion de la Journée Mondiale de la Douleur, nous comptons organiser une manifestation aux bénéfices de l'AFVD dans notre belle région : toutes les informations utiles vous seront communiquées en juin.

Pour conclure, je peux dire aujourd'hui que d'aider les autres me fait du bien, car il ne faut pas laisser la douleur nous envahir et nous empêcher de vivre. Il ne faut pas hésiter à en parler, et venir nous rejoindre.

### Martine Faucher, Bénévole en Poitou-Charentes

Mon parcours de patiente douloureuse chronique a commencé en 2004 par des sciatiques et des lombalgies. Mon travail auprès des personnes âgées (faire la toilette au lit notamment) a accentué la fragilité de mon dos, mes disques se sont très vite usés.

Après 2 arthroèses (implantations de matériel pour consolider mes vertèbres) en 2005 et 2006, j'ai été implantée d'une neurostimulation médullaire, une 1ère fois en 2007, puis en 2008 avec un matériel plus performant. Aujourd'hui grâce à l'action combinée des médicaments, et de la neurostimulation, j'arrive à gérer mes douleurs et à vivre avec.

Par exemple, lorsque je m'occupe de mes petits-enfants, mes douleurs se font plus intenses et je dois prendre plus de repos pour compenser. Je veux profiter d'eux comme toute grand-mère en bonne santé, c'est mon choix, j'adapte donc mon traitement et mon rythme pour que la douleur ne fasse pas sa loi.

C'est mon médecin algologue (spécialiste de la douleur) du Centre de Traitement de la Douleur qui m'a fait connaître l'AFVD, j'ai appelé Martine CHAUVIN, elle m'a écouté et soutenu avant mon intervention de 2007. Par la suite, comme j'avais moi-même été aidée j'ai souhaité à mon tour venir en aide aux autres. Sur le terrain, j'assure les permanences mensuelles auprès des patients à Poitiers, Bressuire et Parthenay. Je m'occupe aussi de la plateforme téléphonique où je réponds aux questions des patients et de leurs proches une journée par semaine. Lorsque je le peux, je participe aux congrès et salons auxquels l'AFVD est conviée. Je fais partie du Conseil d'Administration de l'Association en tant que Responsable de la Région Poitou-Charentes.

Le bénévolat m'a beaucoup apporté. Sortir de chez moi, rencontrer les autres, me rendre utile, avoir de nouvelles perspectives dans des domaines qui ne m'étaient pas familiers : je vis mon engagement comme un vrai travail, c'est très valorisant et très bon pour mon moral.

# Notre Bibliothèque

## Livres Témoignages de Martine Chauvin



**“Balle de Match”**  
La maîtrise de la souffrance par Neurostimulation  
vendu au prix de 13,00 €

**“Jeu, Set et Match”**  
La victoire de la Neurostimulation  
vendu au prix de 15,00 €

E-mail : [martinechauvin2234@neuf.fr](mailto:martinechauvin2234@neuf.fr)

En achetant les deux livres en même temps, vous ne payez que 3 euros de port (3 euros offerts).  
2 euros par livre sont reversés à l'AFVD Association Francophone pour Vaincre les Douleurs.

Pour commander les livres de Martine Chauvin :  
Martine Chauvin  
1 Rte de la Petite Roche  
79200 Parthenay

<http://www.carolaurstimulelec-combatmartine.com> - <http://www.douleurviolentes.canalblog.com>

## “A La Douleur du Jour” de Jocelyne PADERI

Tarif : 20 € - Les droits d'auteurs sont reversés à  
Douleur Sans Frontière. Format PDF 4,99 sur le site  
de l'éditeur. Pour les formats PDF, 3 € sont reversés à DSF  
ou l'association espagnole Sine Dolore.



**Anita Violon** est docteur en psychologie, hypno thérapeute et spécialiste de la douleur.

**Patrice Queneau** est membre de l'Académie nationale de médecine, doyen honoraire et professeur de thérapeutique de la Faculté de médecine de Saint-Etienne, président honoraire du Collège National des Enseignants Universitaires de la Douleur (CNEUD).

Comme le dit l'auteur, A la douleur du jour est avant tout un témoignage sur la douleur chronique. Cependant, au lieu de livrer uniquement une expérience vécue, il permet au lecteur de s'appuyer sur celle-ci pour en tirer un enseignement. Cet ouvrage s'adresse à plusieurs catégories de lecteurs :

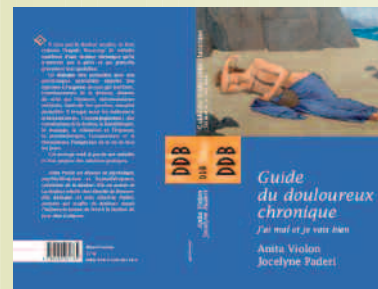
- Les personnes souffrant du même mal peuvent se retrouver dans ce récit et y puiser la force de continuer à lutter. A la douleur du jour peut leur redonner l'estime de soi, leur permettre de mieux comprendre la douleur chronique et de vivre avec. Cela peut également être un moyen d'en parler autour d'elles, encouragées par la publication d'un ouvrage sur un problème encore peu abordé. Par extension, toute personne, souffrant d'une maladie ou d'un handicap peut se retrouver dans ce livre.
- Pour les professionnels de la santé, ce livre peut être un indicateur de la douleur ressentie par les patients. Mettre des mots sur quelque chose que l'on ressent dans son corps peut permettre de faire comprendre aux autres la douleur puisque personne, à part celui qui en est l'objet, ne peut la sonder et la qualifier. A la douleur du jour peut aider

les personnes exerçant une activité médicale ou paramédicale ainsi que les associations, à mieux accueillir et soigner les « patients douloureux ». Ainsi, ils seront mieux armés pour dialoguer avec les patients et aborder spontanément ce sujet. A la douleur du jour permet également aux professionnels de la santé de voir comment ils sont parfois perçus par les patients et comment cela mène parfois à des malentendus.

• Enfin, A la douleur du jour peut aider à renseigner les personnes mal informées sur la douleur chronique et à la comprendre. Cela est vrai pour l'entourage de l'auteur, tout comme pour tous ceux dont un proche se trouve dans une situation similaire à la sienne.

Egalement en format pdf en anglais, américain, espagnol sur :  
<http://www.coetquen.com> ou directement  
<http://monsie.orange.fr/douleur-chronique>

À commander à Coëtquen Editions  
Tél. : 00 33 (0)6 30 59 59 72  
Fax : 00 33 (0)2 99 47 17 19  
E-mail : [coetquenweb@wanadoo.fr](mailto:coetquenweb@wanadoo.fr)  
site : [www.coetquen.com](http://www.coetquen.com)  
ou chez votre libraire habituel



## “Guide du douloureux chronique” de Jocelyne PADERI et Anita VIOLON

Prix : 20 €, sur chaque exemplaire vendu,  
les droits d'auteurs sont reversés  
à Douleurs sans frontières.

Format pdf 4.99 sur le site de l'éditeur.  
Pour les formats pdf, les droits d'auteur  
sont reversés à DSF  
ou l'association espagnole Sine dolore.

Ce guide, paru le 25 février 2010 n'est pas un ouvrage théorique mais un livre qui éclaire concrètement les voies pour sortir de l'enfermement dans la douleur persistante et retrouver la liberté et la joie de vivre.

Dans les thèmes envisagés, à travers 20 questions-réponses qui n'évitent aucun sujet même les plus délicats, on aborde comment comprendre la douleur qui s'incruste, composer avec elle, la soulager, adapter son mode de vie et avoir recours aux différents moyens thérapeutiques, incluant les médicaments, les massages, la relaxation et l'hypnose.

Les apports des textes écrits par le Docteur Alain Serrie, le Docteur Eric Serra et le Professeur Patrice Queneau complètent précieusement le texte, qui permettra aux patients et à leur famille de comprendre la démarche thérapeutique dans ce domaine et aux différents praticiens d'entendre mieux encore la voix du douloureux. Anita Violon, docteur en psychologie, membre de la SFETD, de l'IASP et de la Belgian Pain Society Jocelyne Paderi, patiente, souffrant de douleur chronique depuis l'enfance, membre de l'AFVD Association Francophone pour Vaincre les Douleurs.



« L'irrésistible Amour de la Vie » au prix de 12 euros

« Le cœur brisé mais la joie retrouvée grâce à Ursule chien d'assistance » au prix de 14 euros

**Auteur : Sylvie HUCHET**

**Les bénéfices seront reversés à AFVD.**



# — Pourquoi adhérer ? —

Votre adhésion nous soutiendra dans nos démarches institutionnelles afin de faire changer les mentalités autour de la douleur.

Oui, je souhaite adhérer à l'Association Francophone pour Vaincre les Douleurs

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse .....

.....

.....

Tél : .....

Fax : .....

Mobile : .....

E-mail : .....

**Vous adhérez en tant que\***

Patient      Parent      ami

Pouvez-vous nous préciser l'origine de votre douleur ou votre parcours :

.....

.....

.....

.....

.....

La cotisation annuelle est fixée à 20,00 euros  
Par cette adhésion vous acceptez d'entrer dans la Base de données de l'AFVD\*

OUI      NON

**Je choisis de faire un don pour la somme**

**de :** .....

L'AFVD est reconnue d'intérêt général et votre soutien vous permettra de l'enregistrer lors de votre déclaration d'impôts, vous recevrez donc une attestation de dons aux œuvres.

Mode de paiement par chèque ou virement  
À l'ordre de :

**ASSOCIATION FRANCOPHONE**  
pour **VAINCRE** les **DOULEURS**

Siège social : La Tillerolle

79200 POMPAIRE (France)

Port.: 06 15 57 83 83

Info Patients : 0 810 510 310

*Prix d'un appel local*

*Horaires conseillés :*

*Lundi-Mardi-Mercredi-Jeudi-Vendredi*  
*de 10h. à 12h., de 15h. à 18h. et de 20h. à 21h.*

*Samedi de 11h. à 12h. et de 16h. à 18 h.*

*Pas de permanence le Dimanche et les jours fériés.*

E-mail : [association-afvd@neuf.fr](mailto:association-afvd@neuf.fr)

Site Internet : [association-afvd.com](http://association-afvd.com)

Imp. Géhan / 79 Parthenay

\* Rayer la mention inutile

