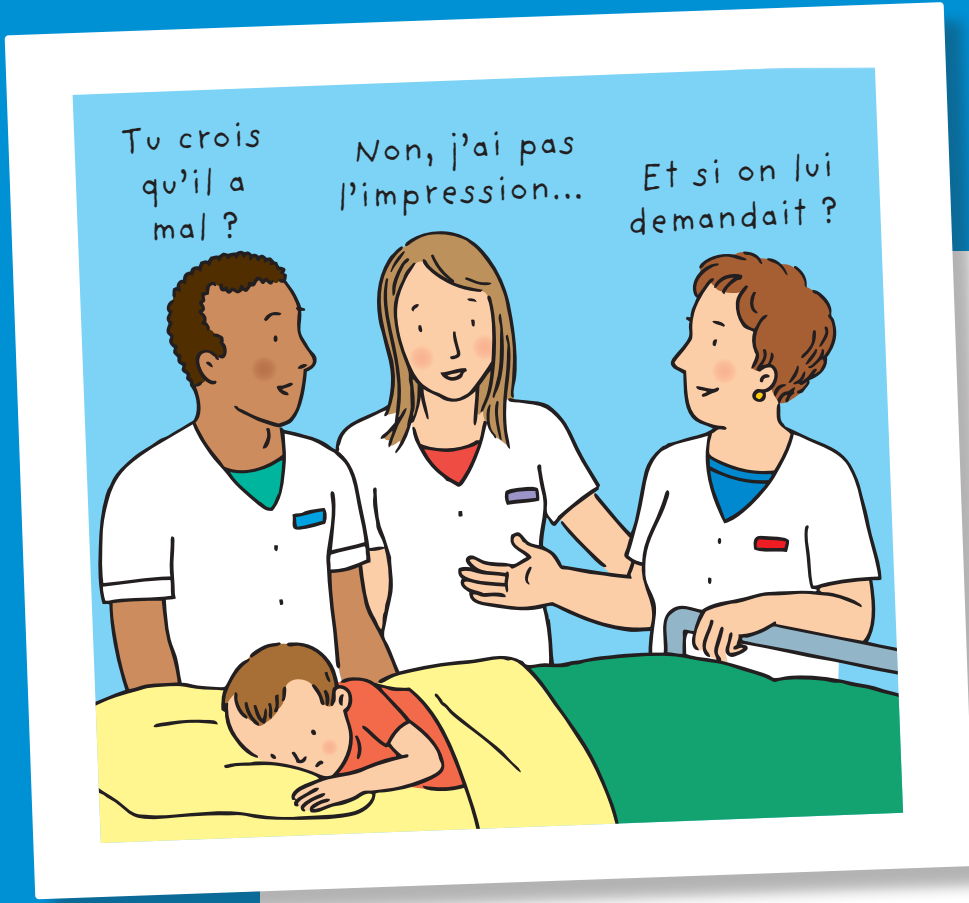
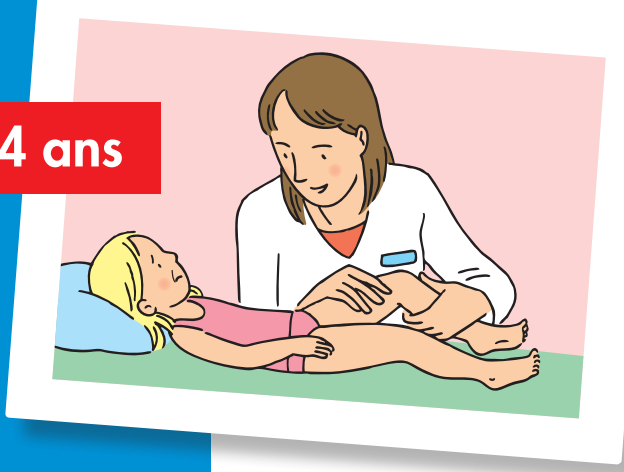


Bien prendre en charge la douleur c'est bien l'évaluer



Les outils d'auto-évaluation permettent aux enfants, dès 4/6 ans, d'évaluer eux-mêmes l'intensité de leur douleur

dès 4 ans

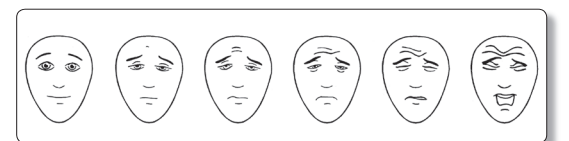


Échelle verbale simple (EVS)

N'est pas une échelle très précise mais permet d'évaluer la douleur même sans avoir d'outil.
Tu as mal... un peu ? moyen ? beaucoup ? ou très fort ?

Échelle des visages (FPS-R)

Voilà 6 visages, le premier n'a pas mal du tout. Puis, ils ont de plus en plus mal. Le dernier a très, très mal.
Montre-moi le visage qui a mal comme toi.



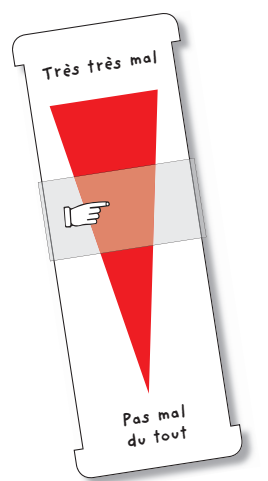
dès 6 ans



Échelle visuelle analogique (EVA)

Avant de commencer, toujours vérifier que l'enfant a compris la consigne, par exemple en faisant référence à un événement déjà expérimenté :
"Quand tu es tombé, montre-moi sur la réglette combien ça t'a fait mal."

En bas, c'est pas mal du tout, puis en montant de plus en plus mal. En haut, c'est très, très mal.
Place le doigt aussi haut que ta douleur est grande.



dès 8 ans



Échelle numérique simple (ENS)

Très utile chez l'adolescent. Très simple à comprendre.

Donne une note à ta douleur entre 0 et 10.
0 : tu n'as pas mal du tout.
Puis 1, 2, 3, 4... 9 : de plus en plus mal.
10 : c'est la douleur la plus forte possible.

L'auto-évaluation en pratique

- Nouer une relation avec l'enfant et sa famille est un préambule indispensable à toute évaluation de la douleur.
- Certains jeunes enfants ne comprennent pas pourquoi on les interroge sur leur douleur. Il est parfois nécessaire de leur expliquer que nous ne pouvons pas "deviner" ce qu'ils ressentent (avant 5 ans, ils le croient souvent!).
- Pour les consignes, il faut savoir s'adapter à chaque enfant. On peut l'aider à comprendre ce qu'on attend de lui en accompagnant la consigne de gestes (manipuler, mimer, montrer du doigt...). Préférer des formulations neutres, sans référence à l'imaginaire ni au jeu.

Échelle des jetons

dès 4 ans



Moins connue mais à découvrir...

Imagine que chaque jeton est un morceau de douleur. Prends autant de jetons que tu as mal. Quatre jetons est la plus forte douleur que tu peux avoir.

www.sparadrap.org

- > Des conseils pour les parents
- > Un espace pour les enfants

