



Comment utiliser les patchs contre la douleur ?

Des réponses aux questions
les plus fréquentes

Votre médecin vous a prescrit un patch pour soulager vos douleurs ? Vous avez des questions sur ce type de traitement ? Cette brochure vous est destinée. Elle contient des explications et des réponses aux questions les plus fréquentes.

Ce document doit être considéré comme une aide. Il ne remplace en aucun cas les conseils donnés par votre médecin ou votre infirmière.

Qu'est-ce qu'un patch ou un timbre ?

Le patch est un dispositif qui diffuse un médicament au travers de la peau (voie transdermique).

Grâce à la membrane poreuse du patch, le médicament est libéré de façon continue et à dose précise dès qu'il est en contact avec votre peau. Ne passant pas par l'estomac, il est généralement bien toléré.

Qu'est-ce qu'un patch antidouleur (antalgique) ?

Le patch antalgique permet une libération régulière du médicament en limitant le risque d'absorption trop rapide. C'est un des antalgiques dits d'«action prolongée» faisant partie des opioïdes¹ comme la morphine.

Il est en mesure de soulager des douleurs persistantes modérées à sévères.

Il existe actuellement deux sortes de patches antalgiques, de différents dosages, contenant chacun une substance différente :

- fentanyl
- buprénorphine.

A l'endroit où le patch est placé, un dépôt de médicament se forme lentement sous la peau et passe dans le sang vers le système nerveux central, centre de modulation de la douleur.

Grâce à ce système, on obtient un soulagement de la douleur sur l'ensemble du corps et il n'est donc pas nécessaire de coller le patch sur la ou les partie(s) du corps qui font mal.

En combien de temps agit-il ?

Après l'application du premier patch, il faut compter environ 12 heures pour que celui-ci soit efficace. Aussi ne soyez pas surpris si votre médecin vous propose de continuer votre traitement antalgique habituel ou s'il vous prescrit un médicament à action rapide pendant ces 12 premières heures.

Combien de temps dure son action ?

Selon le patch, la durée d'action est de 72 à 96 heures. Son changement s'effectue tous les trois à quatre jours. Cependant, dans des situations particulières, il peut arriver que votre médecin vous prescrive le changement du patch à un autre rythme.

Lors de son retrait, l'action du patch se poursuit pendant encore 24 heures au moins, en diminuant progressivement.

Comment utiliser les réserves de médicaments prescrits ?

Les médicaments prescrits en réserve sont destinés à soulager toute douleur provoquée par une activité imprévue, une réfection de pansement, un voyage éprouvant, ou pour une douleur spontanée, plus forte que d'habitude.

Ces médicaments font partie du traitement, agissent rapidement, et sont prescrits en plus de votre traitement par patch.

Si vous devez régulièrement prendre vos doses de réserve, signalez-le à votre médecin et/ou à votre infirmière, il se peut que votre patch actuel soit insuffisamment dosé.

(1) Médicaments dérivés de l'opium.

Votre médecin vous a prescrit un patch pour soulager vos douleurs ? Vous avez des questions sur ce type de traitement ? Cette brochure vous est destinée. Elle contient des explications et des réponses aux questions les plus fréquentes.

Ce document doit être considéré comme une aide. Il ne remplace en aucun cas les conseils donnés par votre médecin ou votre infirmière.

Qu'est-ce qu'un patch ou un timbre ?

Le patch est un dispositif qui diffuse un médicament au travers de la peau (voie transdermique).

Grâce à la membrane poreuse du patch, le médicament est libéré de façon continue et à dose précise dès qu'il est en contact avec votre peau. Ne passant pas par l'estomac, il est généralement bien toléré.

Qu'est-ce qu'un patch antidouleur (antalgique) ?

Le patch antalgique permet une libération régulière du médicament en limitant le risque d'absorption trop rapide. C'est un des antalgiques dits d'«action prolongée» faisant partie des opioïdes¹ comme la morphine.

Il est en mesure de soulager des douleurs persistantes modérées à sévères.

Il existe actuellement deux sortes de patches antalgiques, de différents dosages, contenant chacun une substance différente :

- fentanyl
- buprénorphine.

(1) Médicaments dérivés de l'opium.

A l'endroit où le patch est placé, un dépôt de médicament se forme lentement sous la peau et passe dans le sang vers le système nerveux central, centre de modulation de la douleur.

Grâce à ce système, on obtient un soulagement de la douleur sur l'ensemble du corps et il n'est donc pas nécessaire de coller le patch sur la ou les partie(s) du corps qui font mal.

En combien de temps agit-il ?

Après l'application du premier patch, il faut compter environ 12 heures pour que celui-ci soit efficace. Aussi ne soyez pas surpris si votre médecin vous propose de continuer votre traitement antalgique habituel ou s'il vous prescrit un médicament à action rapide pendant ces 12 premières heures.

Combien de temps dure son action ?

Selon le patch, la durée d'action est de 72 à 96 heures. Son changement s'effectue tous les trois à quatre jours. Cependant, dans des situations particulières, il peut arriver que votre médecin vous prescrive le changement du patch à un autre rythme.

Lors de son retrait, l'action du patch se poursuit pendant encore 24 heures au moins, en diminuant progressivement.

Comment utiliser les réserves de médicaments prescrits ?

Les médicaments prescrits en réserve sont destinés à soulager toute douleur provoquée par une activité imprévue, une réfection de pansement, un voyage éprouvant, ou pour une douleur spontanée, plus forte que d'habitude.

Ces médicaments font partie du traitement, agissent rapidement, et sont prescrits en plus de votre traitement par patch.

Si vous devez régulièrement prendre vos doses de réserve, signalez-le à votre médecin et/ou à votre infirmière, il se peut que votre patch actuel soit insuffisamment dosé.

Zone d'application

- Appliquez le patch sur une zone du corps où les mouvements ne provoquent pas de plis de la peau, de préférence la partie supérieure du corps, torse ou bras.
- Votre peau doit être propre, sèche, non irritée. Lavez localement à l'eau sans savon ou gel douche puis séchez en tamponnant à l'aide d'une serviette.
- Si possible choisissez une zone peu poilue ou coupez vos poils aux ciseaux. N'utilisez pas de rasoir de manière à éviter toute irritation de la peau.

Pose du patch

- Ouvrez le sachet en déchirant le bord ou à l'aide de ciseaux en faisant attention de ne pas couper le patch.
- Sortez le patch.
- Détachez la feuille de protection à un coin et retirez celle-ci en évitant de toucher le côté adhésif du patch.
- Appliquez le patch sur la peau en appuyant fermement pendant 30 secondes.
- Veillez à ce que le patch soit bien collé.
- Notez la date, l'heure, le dosage et le lieu de la pose du patch dans un carnet ou à la fin de cette brochure (pages 10 et 11).
N'écrivez pas sur le patch lui-même, cela pourrait altérer la diffusion du médicament.

Remplacement du patch

- Choisissez à chaque application un endroit différent pour coller un nouveau patch (un intervalle d'une semaine est conseillé) afin de diminuer les risques de réactions allergiques et d'irritation locale.
- Inscrivez ce changement dans votre carnet ou à la fin de cette brochure.
- Après retrait du patch, des rougeurs et/ou des démangeaisons peuvent apparaître. Si tel est le cas, parlez-en à votre médecin et/ou à votre infirmière.

Où jeter le patch ?

Pliez le patch usagé en deux, face collante à l'intérieur. Éliminez-le dans les ordures ménagères.

Chaque personne réagit de façon individuelle. Cependant, l'un ou l'autre des effets secondaires suivants peut apparaître : constipation, nausées, vomissements, fatigue, somnolence, sécheresse de la bouche. Toutefois, tous peuvent être soulagés, c'est pourquoi il est important de signaler tout effet indésirable à votre médecin et/ou à votre infirmière.

Constipation

La constipation est un effet secondaire inévitable. Il s'explique par le ralentissement du transit intestinal dû au médicament diffusé par le patch.

- Prenez régulièrement un laxatif pour augmenter les contractions de l'intestin. Evitez toute prise de mucilages ou de son : ceux-ci augmentent le volume des selles dans un intestin fonctionnant momentanément au ralenti. La constipation serait donc aggravée.
- Buvez suffisamment de liquide (1,5 – 2 litres par jour).
- Mangez des fruits et des légumes chaque jour.

Nausées ou/et vomissements

Les médicaments dérivés de l'opium agissent directement sur les centres du vomissement du système nerveux central. De plus, ils provoquent un ralentissement de la vidange de l'estomac et du transit intestinal.

Les nausées et les vomissements disparaissent généralement spontanément après quelques jours de traitement.

- Signalez à votre médecin si vous souffrez de nausées ou/et vomissements, des médicaments peuvent vous être prescrits pour vous soulager.

Fatigue et somnolence

La fatigue et la somnolence résultent d'une action directe des opioïdes sur le système nerveux central. Ces symptômes sont passagers en début de traitement ou après une augmentation des doses prescrites. Attention : la fatigue et la somnolence peuvent avoir d'autres causes.

Sécheresse de la bouche

La sécheresse de la bouche est un phénomène fréquent.

- Faites des rinçages de bouche et buvez régulièrement. Vous pouvez également sucer des bonbons ou des glaçons et lubrifier vos lèvres afin qu'elles ne se dessèchent pas.

Autres effets secondaires

Plus rares, d'autres effets peuvent parfois être observés : cauchemars, hallucinations, démangeaisons, rétention urinaire. Tous ces symptômes sont réversibles dès l'adaptation du traitement ou son arrêt.

A quoi devez-vous être attentif ?

La peau

Lors d'irritation, de douleur, de démangeaisons, de rougeur persistant plus de 24 heures, signalez-le à votre médecin et/ou à votre infirmière.

La douleur

Si malgré le patch, vous avez toujours mal, parlez-en sans attendre à votre médecin et/ou à votre infirmière.

Le traitement

Veillez à avoir toujours assez de patches à disposition. N'arrêtez pas brutalement votre traitement, parlez-en à votre médecin et/ou votre infirmière.

La fièvre et la température de la peau

La température élevée du corps peut entraîner une diffusion plus rapide du médicament, ce qui raccourcit le temps d'action du patch. Evitez de placer une source de chaleur (bouillote, couverture chauffante...) sur le patch.

Que faire si mon patch se décolle ?

- Remplacez-le sans attendre si le contour se décolle, car l'effet dépend de sa bonne adhésion.

Puis-je couper mon patch ?

- Certains patches ne doivent absolument pas être coupés. Référez-vous à votre médecin et à la notice du produit.
- Si votre médecin vous prescrit un demi-patch, il est préférable de mettre un pansement adhésif sur le côté du patch coupé afin que le contour ne se décolle pas.
- Il est possible de conserver la partie restante du patch, à condition de la laisser dans son emballage d'origine avec le film protecteur. Référez-vous à la notice du produit.

Puis-je me baigner ou prendre une douche avec le patch ?

De façon générale, évitez l'eau trop chaude, le sauna, le hammam, les ultraviolets qui pourraient décoller le patch.

- Avec votre patch vous pouvez vous doucher, prendre un bain, vous baigner. Vous pouvez éventuellement protéger le patch avec un pansement adhésif étanche.

Puis-je m'exposer au soleil ?

- Éviter une exposition prolongée au soleil car une chaleur excessive entraîne une diffusion plus rapide du produit.

Puis-je faire du sport ?

- Oui, mais la sueur peut augmenter le risque de décollement du patch.

Puis-je conduire ?

- Oui, à condition de faire preuve d'une grande vigilance au volant, le médicament contenu dans le patch pouvant diminuer vos réflexes et votre concentration.

Puis-je boire de l'alcool ?

- La consommation d'alcool peut accentuer l'effet du médicament et ses effets indésirables. De plus, l'alcool diminue vos réflexes.

Risque-t-on de devenir toxicomane en utilisant le patch ?

- Lorsque le traitement est administré pour soulager la douleur, vous n'avez aucune raison de craindre une toxicomanie (besoin incontrôlé de prendre la substance). La prescription de patch contre la douleur respecte des règles strictes, connues des professionnels de la santé.

Puis-je prendre d'autres médicaments si j'ai un patch antalgique ?

- Toute prise de médicaments, même en automédication, doit être discutée avec votre médecin, en particulier les tranquillisants et les somnifères. Ces médicaments renforcent certains effets secondaires comme la somnolence et la fatigue.

Puis-je voyager à l'étranger avec mon patch ?

- Vous devez vous renseigner auprès de votre médecin avant tout départ à l'étranger. L'utilisation d'opioïdes, même à usage médical, est soumise à des normes strictes et différentes selon les pays.

Date	Heure	Dosage	Lieu de pose	Commentaires

Date	Heure	Dosage	Lieu de pose	Commentaires

Zone d'application

- Appliquez le patch sur une zone du corps où les mouvements ne provoquent pas de plis de la peau, de préférence la partie supérieure du corps, torse ou bras.
- Votre peau doit être propre, sèche, non irritée. Lavez localement à l'eau sans savon ou gel douche puis séchez en tamponnant à l'aide d'une serviette.
- Si possible choisissez une zone peu poilue ou coupez vos poils aux ciseaux. N'utilisez pas de rasoir de manière à éviter toute irritation de la peau.

Pose du patch

- Ouvrez le sachet en déchirant le bord ou à l'aide de ciseaux en faisant attention de ne pas couper le patch.
- Sortez le patch.
- Détachez la feuille de protection à un coin et retirez celle-ci en évitant de toucher le côté adhésif du patch.
- Appliquez le patch sur la peau en appuyant fermement pendant 30 secondes.
- Veillez à ce que le patch soit bien collé.
- Notez la date, l'heure, le dosage et le lieu de la pose du patch dans un carnet ou à la fin de cette brochure (pages 10 et 11).
N'écrivez pas sur le patch lui-même, cela pourrait altérer la diffusion du médicament.

Remplacement du patch

- Choisissez à chaque application un endroit différent pour coller un nouveau patch (un intervalle d'une semaine est conseillé) afin de diminuer les risques de réactions allergiques et d'irritation locale.
- Inscrivez ce changement dans votre carnet ou à la fin de cette brochure.
- Après retrait du patch, des rougeurs et/ou des démangeaisons peuvent apparaître. Si tel est le cas, parlez-en à votre médecin et/ou à votre infirmière.

Où jeter le patch ?

Pliez le patch usagé en deux, face collante à l'intérieur. Éliminez-le dans les ordures ménagères.

Chaque personne réagit de façon individuelle. Cependant, l'un ou l'autre des effets secondaires suivants peut apparaître : constipation, nausées, vomissements, fatigue, somnolence, sécheresse de la bouche. Toutefois, tous peuvent être soulagés, c'est pourquoi il est important de signaler tout effet indésirable à votre médecin et/ou à votre infirmière.

Constipation

La constipation est un effet secondaire inévitable. Il s'explique par le ralentissement du transit intestinal dû au médicament diffusé par le patch.

- Prenez régulièrement un laxatif pour augmenter les contractions de l'intestin. Evitez toute prise de mucilages ou de son : ceux-ci augmentent le volume des selles dans un intestin fonctionnant momentanément au ralenti. La constipation serait donc aggravée.
- Buvez suffisamment de liquide (1,5 – 2 litres par jour).
- Mangez des fruits et des légumes chaque jour.

Nausées ou/et vomissements

Les médicaments dérivés de l'opium agissent directement sur les centres du vomissement du système nerveux central. De plus, ils provoquent un ralentissement de la vidange de l'estomac et du transit intestinal.

Les nausées et les vomissements disparaissent généralement spontanément après quelques jours de traitement.

- Signalez à votre médecin si vous souffrez de nausées ou/et vomissements, des médicaments peuvent vous être prescrits pour vous soulager.

Fatigue et somnolence

La fatigue et la somnolence résultent d'une action directe des opioïdes sur le système nerveux central. Ces symptômes sont passagers en début de traitement ou après une augmentation des doses prescrites. Attention : la fatigue et la somnolence peuvent avoir d'autres causes.

Sécheresse de la bouche

La sécheresse de la bouche est un phénomène fréquent.

- Faites des rinçages de bouche et buvez régulièrement. Vous pouvez également sucer des bonbons ou des glaçons et lubrifier vos lèvres afin qu'elles ne se dessèchent pas.

Autres effets secondaires

Plus rares, d'autres effets peuvent parfois être observés : cauchemars, hallucinations, démangeaisons, rétention urinaire. Tous ces symptômes sont réversibles dès l'adaptation du traitement ou son arrêt.

A quoi devez-vous être attentif ?

La peau

Lors d'irritation, de douleur, de démangeaisons, de rougeur persistant plus de 24 heures, signalez-le à votre médecin et/ou à votre infirmière.

La douleur

Si malgré le patch, vous avez toujours mal, parlez-en sans attendre à votre médecin et/ou à votre infirmière.

Le traitement

Veillez à avoir toujours assez de patches à disposition. N'arrêtez pas brutalement votre traitement, parlez-en à votre médecin et/ou votre infirmière.

La fièvre et la température de la peau

La température élevée du corps peut entraîner une diffusion plus rapide du médicament, ce qui raccourcit le temps d'action du patch. Evitez de placer une source de chaleur (bouillote, couverture chauffante...) sur le patch.

Que faire si mon patch se décolle ?

- Remplacez-le sans attendre si le contour se décolle, car l'effet dépend de sa bonne adhésion.

Puis-je couper mon patch ?

- Certains patchs ne doivent absolument pas être coupés. Référez-vous à votre médecin et à la notice du produit.
- Si votre médecin vous prescrit un demi-patch, il est préférable de mettre un pansement adhésif sur le côté du patch coupé afin que le contour ne se décolle pas.
- Il est possible de conserver la partie restante du patch, à condition de la laisser dans son emballage d'origine avec le film protecteur. Référez-vous à la notice du produit.

Puis-je me baigner ou prendre une douche avec le patch ?

De façon générale, évitez l'eau trop chaude, le sauna, le hammam, les ultraviolets qui pourraient décoller le patch.

- Avec votre patch vous pouvez vous doucher, prendre un bain, vous baigner. Vous pouvez éventuellement protéger le patch avec un pansement adhésif étanche.

Puis-je m'exposer au soleil ?

- Éviter une exposition prolongée au soleil car une chaleur excessive entraîne une diffusion plus rapide du produit.

Puis-je faire du sport ?

- Oui, mais la sueur peut augmenter le risque de décollement du patch.

Puis-je conduire ?

- Oui, à condition de faire preuve d'une grande vigilance au volant, le médicament contenu dans le patch pouvant diminuer vos réflexes et votre concentration.

Puis-je boire de l'alcool ?

- La consommation d'alcool peut accentuer l'effet du médicament et ses effets indésirables. De plus, l'alcool diminue vos réflexes.

Risque-t-on de devenir toxicomane en utilisant le patch ?

- Lorsque le traitement est administré pour soulager la douleur, vous n'avez aucune raison de craindre une toxicomanie (besoin incontrôlé de prendre la substance). La prescription de patch contre la douleur respecte des règles strictes, connues des professionnels de la santé.

Puis-je prendre d'autres médicaments si j'ai un patch antalgique ?

- Toute prise de médicaments, même en automédication, doit être discutée avec votre médecin, en particulier les tranquillisants et les somnifères. Ces médicaments renforcent certains effets secondaires comme la somnolence et la fatigue.

Puis-je voyager à l'étranger avec mon patch ?

- Vous devez vous renseigner auprès de votre médecin avant tout départ à l'étranger. L'utilisation d'opioïdes, même à usage médical, est soumise à des normes strictes et différentes selon les pays.

Sites Internet

<http://reseaudouleur.hug-ge.ch/>

<http://soinspalliatifs.hug-ge.ch/>

www.swissmedic.ch/betm.asp

www.patientdouleurs.ch

www.pain.ch - Société suisse d'étude contre la douleur

www.againstpain.org - Association internationale

Ensemble contre la douleur

Lectures conseillées

Contrôlez votre douleur, François Bourreau, Petite bibliothèque Payot, 2004.

J'ai mal docteur: comprendre et combattre la douleur, Henry, Patrick, Flammarion, 2006.

Guide pratique antidouleur, Serge Rafal, Marabout, 2006.

Vivre avec le cancer, sans douleur, Ligue contre le cancer, Berne.

Morphine, parlons-en ! Brochure publiée par les HUG.

Impressum

Rédaction

Cette brochure est le fruit d'un partenariat entre les HUG (Régine Laroutis Monnet, Gisèle Schärer) et la FSASD (Pilar Balmer, Micheline Munnier). Elle a été validée par le réseau douleur et le programme des soins palliatifs des HUG.

Réalisation

Le service de la communication des HUG en collaboration avec le service qualité des soins de la direction médicale et le secteur recherche et qualité de la direction des soins.

Dessin

Simon Tschopp

Remerciements

Aux patients, médecins et infirmières qui ont lu cette brochure avant son impression et dont les remarques ont été très utiles pour améliorer le texte.