

## Vous avez obtenu un rendez-vous avec nous?

Votre implication active sera notre principale motivation. Durant votre suivi, vous devrez vous engager à :

- Être assidu à vos rendez-vous;
- Nous informer de tout changement dans votre condition;
- Être prêt à aborder votre douleur d'un point de vue différent.

### Le jour de votre rendez-vous, veuillez :

- Apporter votre liste de médicaments;
- Vous présenter au local 319, situé au 3<sup>e</sup> étage;
- Déposer vos cartes dans la boîte prévue à cet effet;
- Passer à la salle d'attente de la chirurgie d'un jour;
- Aviser l'infirmière de la clinique si vous devez vous absenter en composant le 418 962-9761, poste 2319.

## CENTRE INTÉGRÉ DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE LA CÔTE-NORD

Le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Côte-Nord dessert une population d'environ 95 000 habitants sur un territoire s'étendant de Tadoussac à Blanc-Sablon (près de 1 300 km de littoral), en passant par L'Île-d'Anticosti et les villes nordiques de Fermont et de Schefferville.

Le CISSS de la Côte-Nord est responsable de planifier, coordonner, organiser et offrir des services sociaux et de santé à l'ensemble de la population de la région. Il compte une cinquantaine d'installations et regroupe 3 600 employés.

45, rue du Père-Divet  
Sept-Îles (Québec) G4R 3N7  
418 962-9761 poste 2319  
418 964-0879



**Suivez-nous!**

Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord

[www.cisss-cotenord.gouv.qc.ca](http://www.cisss-cotenord.gouv.qc.ca)

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Côte-Nord

Québec 

## Centre régional en gestion de la douleur chronique de la Côte-Nord (CRGDC-CN)



*Vous n'êtes pas seul*

Direction des services professionnels et de l'enseignement universitaire

Québec 

Mois-année

La douleur chronique peut survenir à la suite d'une blessure physique, d'une chirurgie ou encore sans raison apparente. Elle peut également être une conséquence d'une maladie, comme l'arthrite, la migraine, la fibromyalgie, ou encore due à des problèmes de la colonne vertébrale. La douleur se définit comme chronique lorsqu'elle persiste au-delà de 3 mois. Habituellement, les traitements conventionnels de soulagement de la douleur ont été tentés sans amélioration des symptômes. Le Centre régional en gestion de la douleur chronique (CRGDC) connaît les impacts de la douleur dans votre vie et il est là pour vous permettre d'améliorer votre qualité de vie.



## Comment procéder

- Pour être vu au CRGDC, votre médecin doit au préalable avoir fait une demande de consultation et vous devez également avoir rempli la collecte de données.
- Chaque demande est évaluée et se voit attribuer une cote de priorité selon des critères de sévérité.

## Pour qui

Pour toutes les personnes aux prises avec une douleur chronique quelle que soit son origine.

- Lombalgie, dorsalgie, cervicalgie
- Douleurs cancéreuses, traumatiques, viscérales
- Céphalées chroniques (maux de tête)
- Fibromyalgie
- Douleurs neuropathiques sévères et incapacitantes
- Syndrome douloureux régional complexe (SDRC)
- Zona avec douleurs sévères



## Les services offerts

Notre mandat est de permettre aux personnes aux prises avec des douleurs chroniques et à leurs proches un accès facile aux services de deuxième ligne spécialisés en douleur chronique.

Voici les traitements qui peuvent être offerts :

- Interventions pharmacologiques
- Interventions de nature unimodale (ex. : infiltrations, blocs thérapeutiques, blocs nerveux centraux, neuromodulations)
- Traitements de la migraine chronique au Botox
- Traitement du syndrome myofascial au Botox
- Programme d'apprentissage de stratégies d'autogestion efficaces (PASSAGE)

## Objectifs

Nous nous engageons à offrir un service spécialisé en douleur, impliquant une **approche biopsychosociale** à caractère **interdisciplinaire**.

- En fixant des objectifs réalistes en lien avec vos attentes;
- En offrant un support dans votre démarche d'acceptation de la douleur et d'autogestion des symptômes douloureux en donnant les outils nécessaires pour que vous puissiez en faire l'application dans la vie quotidienne.

## Notre équipe

L'approche interdisciplinaire consiste à vous offrir des soins de qualité basés sur une approche thérapeutique globale, ce qui implique un accès à divers professionnels de la santé spécialisés en douleur chronique :

- Médecin (algologue, neurologue, omnipraticien)
- Infirmière clinicienne
- Physiothérapeute
- Travailleur social
- Ergothérapeute
- Psychologue
- Radiologiste
- Pharmacien
- Anesthésiologiste
- Psychiatre

