



Guide à l'intention des  
patients et des familles  
2017

# Syndrome douloureux régional complexe (SDRC)

Also available in English:  
*Complex Regional Pain Syndrome*  
(CRPS) (PM85-1145)



[www.nshealth.ca](http://www.nshealth.ca)

# Syndrome douloureux régional complexe (SDRC)

## Qu'est-ce que le SDRC?

Le syndrome douloureux régional complexe (SDRC) est une affection qui cause des symptômes de douleur hors proportion par rapport à la gravité de la blessure. La cause du SDRC n'est pas bien comprise et il n'existe pas d'examen unique pour le diagnostiquer. Le diagnostic est posé au moyen d'un examen physique et de l'analyse de vos antécédents médicaux.

## Qu'est-ce qui cause le SDRC?

Le SDRC peut survenir après :

- › une entorse ou une foulure
- › une opération
- › un traumatisme (par exemple, une lésion par écrasement, une fracture, une brûlure, une amputation)
- › une atteinte nerveuse
- › un AVC ou une crise cardiaque
- › une infection

## **Signes et symptômes possibles**

- Sensation de brûlure ou douleur pulsatile qui n'arrête pas.
- Changements de la couleur de la peau – la peau de la région touchée peut sembler blanchâtre, rouge, bleue, ou une combinaison de ces couleurs. Votre peau peut aussi être brillante.
- Changements dans la température de la peau – de très chaude à très froide.
- Sensibilité au froid ou à un toucher qui ne causerait habituellement pas de douleur.
- Enflure de la région touchée.
- Changements au niveau de la croissance des ongles – les ongles du membre touché peuvent pousser plus vite ou devenir ternes, striés ou cassants.
- Changements au niveau de la croissance des cheveux de la région touchée – les cheveux peuvent y pousser plus foncés, plus épais et plus rapidement.
- Difficulté à bouger le membre touché en raison de la douleur.

Les premiers symptômes à se présenter sont la douleur, l'enflure, la rougeur, l'hypersensibilité et les changements de température. Vos symptômes peuvent changer avec le temps.

## **Ne pas bouger votre membre peut entraîner ce qui suit.**

- › Une faiblesse musculaire
- › Une atrophie (diminution de la masse musculaire)
- › Une raideur des articulations et des muscles

Il est possible que vous constatiez des changements psychologiques secondaires après une longue période de douleur et de souffrance. Vous pourriez avoir des troubles du sommeil, souffrir d'anxiété ou de dépression.

## **Comment traite-t-on le SDRC?**

### **Médicaments**

Votre médecin pourrait vous recommander de prendre des médicaments pour gérer vos symptômes. Demandez à votre médecin ce qui vous conviendrait le mieux.

Voici des médicaments qui pourraient vous être recommandés.

- › Analgésiques (dont les analgésiques topiques)
- › Antidépresseurs et anticonvulsivants
- › Corticostéroïdes
- › Médicaments contre la perte osseuse
- › Blocs nerveux sympathiques
- › Vitamine C

## Physiothérapie

Votre médecin vous dirigera vers un physiothérapeute. Le but du traitement consistera à réduire la douleur, à reprendre le mouvement et à retourner à votre niveau d'activité antérieur, y compris pour ce qui est du travail et des loisirs.

Vous discuterez avec le physiothérapeute des possibilités de traitement et établirez un plan ensemble.

Voici des traitements possibles.

- › Chaleur ou froid
- › Immersion dans l'eau (aquathérapie)
- › Neurostimulation transcutanée (TENS)
- › Acupuncture
- › Exercices d'amplitude des mouvements et de renforcement
- › Exercices de mise en charge
- › Désensibilisation de la région touchée (rendre la sensation normale dans la région touchée)
- › Thérapie du miroir

Voici des façons dont les exercices peuvent aider.

- › Soulagement de la douleur et réduction du stress
- › Amélioration de la souplesse des articulations et de la force musculaire
- › Amélioration de la densité osseuse en mettant du poids sur le membre touché

Durant votre rétablissement, il est important de prendre soin de votre santé physique et mentale.

- Adaptez vos activités à vos capacités.
- Reposez-vous, au besoin.
- Continuez le plus possible vos activités normales.
- Maintenez des liens avec vos amis et votre famille.
- Participez à des activités et des loisirs qui vous rendent heureux.

**Vous avez des questions? N'hésitez pas à les poser. Nous sommes là pour vous aider.**

## Notes

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### **Vous avez besoin d'autre information?**

Trouvez cette brochure et toutes nos autres ressources à l'intention des patients ici :

<http://library.nshealth.ca/PatientGuides>

Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et autres ressources. Pour plus d'informations, consultez le <http://library.novascotia.ca/fr>.

*La Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum. Prière de ne pas utiliser de produits parfumés. Merci.*

**Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse**

*[www.nshealth.ca](http://www.nshealth.ca) (en anglais seulement)*

*Préparation : Unité de gestion de la douleur*

*Révision : Clinique d'orthopédie ©*

*Conception : Services de bibliothèque de la Régie*

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis à titre d'information et d'éducation seulement. L'information ne remplace pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un fournisseur de soins de santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

FF85-1788 Mise à jour : mars 2017

Les renseignements contenus dans la présente publication sont mis à jour tous les trois ans ou au besoin.