

# INFOLETTRE DU RÉSEAU

ACTUALITÉS DU RÉSEAU DE DOULEUR CHRONIQUE

## À L'INTÉRIEUR

### **Message du directeur scientifique**

Mise à jour du Dr Norm Buckley.

Page 2

### **Lancement du Centre d'excellence sur la douleur chronique pour les vétérans**

Malgré les retards occasionnés par la COVID-19, le nouveau Centre d'excellence est désormais opérationnel.

Page 2

### **Personnalité à découvrir**

À la rencontre de Therese Lane patient et partenaire.

Page 3

### **Lancement d'une nouvelle série de Webinaire PEER**

Le résultat d'une collaboration entre trois comités du RDC, cette série de Webinaires est destinée aux apprenants et se concentre sur l'engagement des patients.

Page 4

Stratégie de recherche axée sur le patient

# SRAP

Le patient d'abord 

  
**IRSC CIHR**  
Instituts de recherche en santé du Canada Canadian Institutes of Health Research

NOUS SUIVRE SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

SOYEZ À L'AFFÛT DES NOUVELLES DU RÉSEAU  
EN TEMPS RÉEL



@cpn\_rdc



@cpn.rdc

# Message du directeur scientifique

## Mises à jour du réseau du Dr Norman Buckley



Il est juste d'affirmer que la vie actuelle est fort différente de celle que nous vivions l'année dernière à cette même période. Même les tâches les plus simples, comme aller au supermarché, requièrent désormais une planification complexe. Une petite course qui aurait

pris trente minutes auparavant en prend maintenant le double et devient de plus en plus frustrante et en laisse plusieurs épuisés.

Pour ceux qui vivent avec une maladie chronique, c'est du connu! Une simple course n'a jamais été simple et peut souvent nécessiter plus de temps afin de faire face aux multiples défis causés par les problèmes d'accessibilité, la prise de médicaments et le niveau d'énergie requis pour accomplir la tâche. Voici la réalité pour plusieurs d'entre nous. On ajoute maintenant les mesures sanitaires pour contrer la COVID-19, et cette réalité quotidienne devient encore plus intimidante. Ce ne sont pas que les personnes immunosupprimées qui courent un risque plus important de contracter ce virus, mais il y a aussi des inquiétudes quant à l'accessibilité aux médicaments et aux traitements qui font que leurs conditions de santé sont tolérables.

Manon Choinière (demanderesse principale du Réseau de douleur chronique) et son équipe de l'Université de Montréal viennent tout juste de terminer un sondage en ligne pour déterminer les impacts de la COVID-19 sur les Canadiens et Canadiennes souffrant de la douleur chronique. Pendant ce temps, Renée El-Gabalawy (Codemanderesse du Réseau) effectue un sondage en ligne analysant le risque et la résilience au stress et à la croissance post-COVID-19. Jennifer Stinson (demanderesse principale du Réseau) prépare elle aussi un sondage afin de développer des recommandations sur les meilleures pratiques au niveau des soins virtuels (à distance et en ligne) à l'aide de sondages pédiatriques et adultes de la COVID-19.

## Lancement chaleureux pour le Centre d'excellence sur la douleur chronique pour les vétérans canadiens

Un changement dramatique des lieux puisqu'il n'y avait pas de foule ! Cependant, le Centre d'excellence sur la douleur chronique pour les vétérans canadiens a reçu un accueil chaleureux lors de son lancement le 14 mai dernier. D'ailleurs, Justin Trudeau, le premier ministre du Canada a noté son ouverture officielle lors de son point de presse quotidien sur la COVID-19.

Plus de 40 % des vétérans canadiens souffrent de douleur chronique, soit deux fois celui de la population civile. Tous les mois, la douleur chronique intervient dans le travail quotidien de plus de la moitié des vétérans vivant avec la douleur chronique. Le Centre travaille avec une grande proportion de vétérans vivant avec la douleur chronique qui ont encore 20 à 30 ans de vie productive, mais la douleur chronique entrave leur potentiel d'entreprendre de nouvelles carrières maintenant qu'ils sont des civils.

« Le Centre va se concentrer sur la recherche, la formation et l'éducation nationales afin d'offrir aux vétérans le soutien qu'ils méritent, » déclarait le premier ministre lors de son point de presse. « Personne ne devrait être privé des soins nécessaires, et encore moins ceux qui ont porté l'unifolié ».

Le Centre adhère aux principes de l'Engagement des patients dans la recherche, et offrira un leadership national à la recherche réalisée conjointement avec les vétérans et leurs familles. Le Centre soutiendra la mise en œuvre de cette recherche grâce à son réseau national des cliniques pour aider les vétérans et leurs familles à gérer la douleur et renouer avec la vie.

Vous pouvez en apprendre davantage sur le Centre d'excellence en consultant :

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



Le premier ministre Justin Trudeau annonce le lancement du Centre d'excellence sur la douleur chronique pour les vétérans canadiens le 14 mai 2020.

# Personnalité à découvrir : patient et partenaire

## À la rencontre de Therese Lane

C'était essentiellement une visite au gym qui a mené Thérèse Lane à s'impliquer avec le Réseau de douleur chronique, on pourrait même dire que son parcours l'entraînait invariablement à aider les autres sa vie, et ce, tout au long de sa vie.

Née au pays de Galles, elle reçut son diplôme en sciences infirmières, mais choisit de prendre une année sabbatique pour voyager, ce qui, en 1981, l'amène au Canada pour travailler comme nounou. Elle s'installe alors à Toronto, devient mère d'un beau petit garçon, et décide ensuite de retourner aux études lorsqu'il a 3 ans pour terminer son baccalauréat et travailler comme infirmière au Canada.

Cependant, la vie se charge souvent de brouiller nos plans. Diagnostiquée avec une personnalité bipolaire, un trouble obsessionnel compulsif et de l'arthrite juvénile à l'âge de 13 ans, Thérèse vit une période de dépression qui la force à quitter ses études et à laisser son fils aux soins de ses parents. Les ravages que lui cause ces pertes l'emportent encore plus profondément dans l'abysse de la dépression où elle se voit vivre dans la rue pendant cinq ans à utiliser des drogues illégales pour masquer sa douleur physique et émotionnelle.

Plus tard, son utilisation de drogues illicites deviendra un obstacle majeur à trouver un traitement adéquat pour ses conditions qui continuent à se détériorer. Thérèse explique, « J'ai été chanceuse de finalement trouver un médecin qui m'a traitée comme une personne, et qui ne me voyait pas seulement comme une ancienne droguée qui cherchait à obtenir des médicaments pour fuir ses problèmes ».

Elle commence alors un programme de méthadone pour contrer la douleur et on lui fait connaître la méditation pleine conscience et elle débute aussi un régime d'exercice quotidien. Thérèse ne voulait pas seulement soulager sa douleur, elle voulait avoir une vie productive. Le développement d'une routine et un régime quotidien d'exercices l'ont beaucoup aidée. En s'inscrivant au Centre sportif, elle réussit à rencontrer des gens et essaya de nouvelles approches.



Thérèse Lane lors de son allocution à l'assemblée générale du Réseau de douleur chronique 2019 à Toronto, Ontario.

Ce fut d'ailleurs lors d'une visite au centre sportif qu'elle a rencontré Jennifer Stinson, une demanderesse principale avec le Réseau de douleur chronique, et connue sur la scène internationale pour son travail novateur de recherche sur la douleur chez les enfants et les adolescents. C'est lors d'une conversation ordinaire que Thérèse a mentionné les défis de vivre avec la douleur chronique, et on connaît maintenant le reste. La passion de Jennifer et le fait qu'elle incluait des patients dans son travail l'attiraient et l'inspiraient. Elle aussi voulait contribuer à la solution, et c'est ainsi qu'elle a décidé de s'impliquer avec le Réseau de douleur chronique.

« Depuis mon implication avec le Réseau de douleur chronique, j'ai rencontré certains des plus grands cerveaux du domaine de la recherche sur la douleur et des individus vivant avec de la douleur au dévouement et à la détermination incomparables », explique Thérèse. D'ailleurs, Thérèse s'y connaît un peu dans les grands esprits – elle est membre de l'association MENSA. « Conjointement, ces groupes peuvent atteindre tous les objectifs possibles. Je suis peut-être biaisée, » ajoute-t-elle, « je crois que le Réseau de douleur chronique est un

pionnier de l'engagement des patients de la recherche. »

Thérèse siège sur le comité d'Engagement des patients du Réseau de douleur chronique. « Faire partie du Réseau de douleur chronique a été une expérience d'apprentissage positive », dit-elle. « J'ai acquis de l'assurance et j'ai été grandement inspirée, bien au-delà de ce que j'aurais pu imaginer par la force et la conviction des membres du Réseau. »

« Je crois qu'il est critique que le travail accompli puisse continuer à croître afin d'inspirer d'autres chercheurs et d'autres individus avec de l'expérience avec la douleur de sortir de leur zone de confort », explique Thérèse. « Les chercheurs possèdent l'expertise et les 'patients' ont une expertise avec la douleur. La recherche sur la douleur peut seulement être bénéfique lorsque ces deux groupes s'assemblent et partagent leurs idées. »

# Série de Webinaires RDC et le lancement de la page du comité sur l'Engagement des patients :



Le comité sur l'Engagement des patients lors d'une séance de remue-méninges durant une réunion en personne du comité qui se tenait à Toronto en septembre 2019.

Si vous avez consulté le site Web du Réseau de douleur chronique récemment, vous avez peut-être remarqué la nouvelle page dédiée à l'Engagement des patients et les projets du comité sur l'Engagement des patients du Réseau.

Le mandat du comité est d'assurer un engagement significatif des patients au sein du Réseau de douleur chronique et de contribuer à l'application des connaissances sur l'engagement des patients aux diverses parties prenantes externes. La nouvelle page Web met en vedette les ressources développées par le comité ainsi que les Webinaires antérieurs.

Une série de Webinaires intitulée l'Engagement des patients dans la recherche ou en anglais Patient Engagement in Research (PEER) est l'initiative la plus récente

du comité sur l'Engagement des patients réalisée conjointement avec le comité de Formation et de Mentorat, et le comité d'Application des connaissances.

Les webinaires, destinés aux apprenants, aborderont une multitude de sujets, notamment Qu'est-ce que l'engagement des patients et la Recherche axée sur le patient – Une perspective du patient; des Sommaires en termes simples et l'Application des connaissances; Une introduction au travail avec les communautés autochtones - pour en nommer que quelques-uns. Le premier Webinaire aura lieu en juillet et les inscriptions pourront se faire bientôt. Notre objectif est d'enregistrer chaque Webinaire et de le rendre disponible en ligne sur le site Web du Réseau de douleur chronique à visionner en tout temps.

## Évènements à venir :

**Qui :** PainBC  
**Quoi :** Gentle Movement @ Home  
**Quand :** Vendredi 19 juin 2020  
**Time :** 16 h HE  
**Where :** En ligne  
Pour vous inscrire ou pour plus d'informations, consulter :  
[www.painbc.ca/gentle-movement-at-home](http://www.painbc.ca/gentle-movement-at-home)

**Qui :** Réseau de douleur chronique  
**Quoi :** Engagement des patients dans la recherche (PEER) Série de webinaires.  
**Quand :** 30 juillet 2020  
**Heure :** 13 h HE  
**Où :** En ligne

Le premier webinaire dans la série PEER sera animé par Janet Gunderson et Therese Lane. Ces webinaires visent principalement les apprenants mais tous sont les bienvenus.

**Consulter :**  
[cpn-rdc.ca/PEER-Registration](http://cpn-rdc.ca/PEER-Registration)  
Vous inscrire dès aujourd'hui.

**Qui :** IASP  
**Quoi :** IASP – congrès mondial  
**Quand :** 27 juin au 1er juillet 2021  
**Où :** Amsterdam

Pour plus de détails, consulter :  
<https://www.iaspworldcongress.org/attend/registration-rates>

## Réseau de douleur chronique

### Personnes-ressources du Centre de coordination national

#### Dr. Norman Buckley

Directeur scientifique

Téléphone : 905-525-9140, Ext 22413

Courriel : buckleyn@mcmaster.ca

#### Megan Groves

Coordonnatrice aux communications

Téléphone : 905-525-9140, Ext 27724

Courriel : grovem2@mcmaster.ca

#### Kimberly Begley

Directrice générale

Téléphone : 905-525-9140, Ext 22959

Courriel : begleyk@mcmaster.ca

#### Donna Marfisi

Adjointe administrative

Téléphone : 905-525-9140, Ext 27359

Courriel : marfisi@mcmaster.ca

#### Adresse postale

MDCL-2101, McMaster University,  
1280 Main Street West,  
Hamilton, Ontario L8S 4K1

Courriel : cpn@mcmaster.ca

Site Web : cpn-rdc.ca