

# Guide de discussion lors d'un rendez-vous : Symptômes aux articulations



Lorsque vous discutez de nouveaux symptômes ou de symptômes aggravés avec un fournisseur de soins de santé, ce dernier voudra savoir comment vos symptômes se répercutent sur votre vie quotidienne. Utilisez les questions ci-dessous pour réfléchir à votre expérience et notez vos réponses; elles vous aideront à discuter de vos préoccupations avec votre fournisseur de soins de santé. Assurez-vous d'inclure toute autre question que vous souhaitez lui poser et que vous ne voulez pas oublier lors de votre rendez-vous.

## Questions

1. Depuis combien de temps avez-vous de la douleur, de l'inconfort, de l'enflure, de l'inflammation ou d'autres symptômes qui affectent vos articulations? Dressez la liste de tous les symptômes que vous avez ressentis.
2. Avez-vous récemment subi une blessure qui a affecté vos articulations ou les mouvements de vos articulations?
3. Ressentez-vous de la douleur en ce moment? Si oui, comment évalueriez-vous votre douleur sur une échelle de 1 à 10, 1 représentant l'absence de douleur et 10 représentant la pire douleur que vous pouvez imaginer?
4. Est-ce que votre douleur ou vos autres symptômes apparaissent et disparaissent ou sont-ils constants?
5. Votre niveau de douleur change-t-il selon les activités ou les mouvements? Qu'est-ce qui l'aggrave ou l'atténue?
6. Avez-vous pris des médicaments pour soulager votre douleur ou d'autres symptômes (produits sans ordonnance, avec ordonnance ou naturels)? Si oui, qu'avez-vous pris et cela a-t-il aidé? Votre niveau de douleur a-t-il diminué ou augmenté? Dans quelle mesure? Pensez à utiliser une **feuille de suivi des médicaments** pour dresser la liste de tous les médicaments que vous avez pris.
7. Dans quelle mesure les symptômes que vous éprouvez affectent-ils vos activités quotidiennes? Est-ce que la douleur, l'inconfort ou le changement de vos capacités physiques vous a poussé à modifier votre routine?
8. Avez-vous essayé les massages, la physiothérapie ou un autre traitement complémentaire pour gérer vos symptômes? Si oui, comment cela a-t-il affecté vos symptômes?
9. Est-ce que vos symptômes ont affecté votre humeur, vos niveaux d'énergie ou d'autres aspects de votre vie?
10. À votre connaissance, est-ce que quelqu'un d'autre de votre famille est atteint d'arthrite? Si oui, savez-vous de quel type?

Lorsque vous discutez avec votre médecin ou votre fournisseur de soins de santé, assurez-vous de lui demander si vous pouvez continuer de vaquer à vos activités régulières et quelles sont les étapes que vous pouvez suivre pour atténuer vous-mêmes vos symptômes.

D'ici là, utilisez notre **outil de vérification des symptômes** pour en apprendre davantage sur les symptômes que vous éprouvez et visitez notre page sur les signes de l'arthrite pour en apprendre davantage sur les symptômes précoces de la douleur articulaire liée à l'arthrite.

La Société de l'arthrite du Canada dispose de beaucoup de ressources pour vous aider dans votre **parcours du patient**.

Rejoignez-vous à notre communauté sur les réseaux sociaux



Financement fourni en partie par



[arthrite.ca](http://arthrite.ca) | 1.800.321.1433