

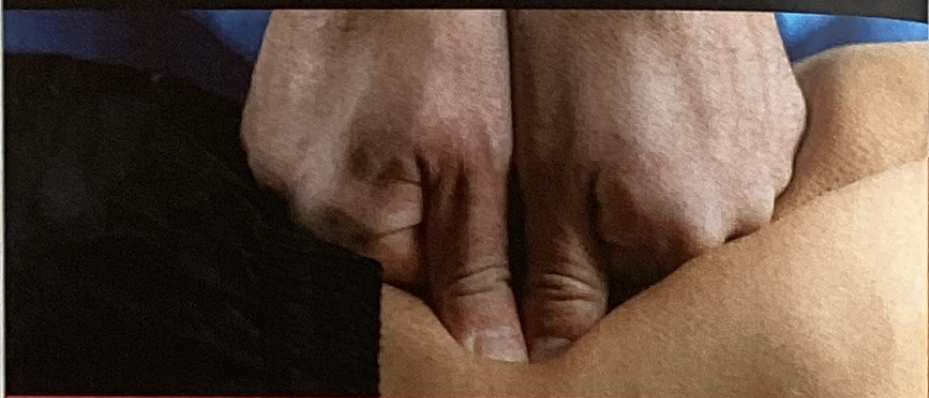
CDI
Lycée Mur / Porsmou
Morlaix

M A R S 2 0 2 6

Sommaire

06 "Personnaliser les traitements contre la douleur"

Pourquoi la douleur persiste-t-elle parfois malgré les soins ? La chercheuse Myriam Antri et le médecin psychiatre Eric Serra expliquent pourquoi cette expérience, à la fois biologique et psychologique, impose aujourd'hui une prise en charge globale et individualisée des patients.



POURQUOI ON A MAL

16 C'est quoi la douleur ?

Phénomène universel mais profondément subjectif, la douleur mobilise le corps, le cerveau et les émotions dans un enchevêtrement complexe.

22 Huit milliards de "Aïe !"

Des chercheurs montrent comment jurons, sons et expressions du visage modulent notre perception de la douleur... et révèlent ce qu'elle a d'universel autant que de culturel.

24 Quel genre, ta douleur ?

Les femmes ressentent-elles la douleur différemment des hommes ? Décryptage des

28 Comment l'évaluer ?

Les échelles cliniques, comportementales et numériques aident les soignants à mieux mesurer la douleur.

30 Pourquoi devient-elle chronique ?

Quand le système nerveux se dérègle, il transforme un signal d'alarme en maladie durable, mais des pistes thérapeutiques se mettent en place pour l'enrayer.

34 La nature, ça pique !

Quels sont les mécanismes par lesquels plantes et animaux transforment le contact ou la piqure en signal de douleur redoutablement efficace ?



Recevez Science & Vie
et ses Hors-Série
Votre bulletin d'abonnement
se trouve en p. 100. Pour commander
d'anciens numéros, rendez-vous
sur www.kiosquemag.com

Vous pouvez aussi vous abonner
par téléphone au 01 46 48 47 08
ou par internet sur www.kiosquemag.com



DANS LES LABOS

- 38 Douleur psychique, ce mal dans la tête**
Diffuse, intime et invisible... Les chercheurs tentent d'en cerner les mécanismes, les effets délétères et les pistes possibles pour enfin la soulager.
- 42 Des ondes pour soulager le cerveau**
La stimulation magnétique transcrânienne répétitive s'impose comme une piste sérieuse pour soulager les douleurs neuropathiques résistantes aux médicaments.
- 44 Migraine, un mal bien féminin**
Longtemps réduite à un mal de tête, elle est aujourd'hui reconnue comme une maladie neurologique complexe, qui touche trois fois plus de femmes que d'hommes..
- 48 Exosquelettes, le labeur sans la douleur**
Entre gains mesurés, contraintes d'usage et nécessité d'une approche globale du travail, ces "armures" modernes ne sont pas une solution miracle.
- 50 De nouvelles armes contre l'arthrose**
Chercheurs et cliniciens explorent des pistes inédites pour soulager, enfin, des millions de patients.
- 54 La pompe antidouleur**
Puissante, personnalisable et encore trop peu proposée, l'analgésie intrathécale pourrait changer la prise en charge de douleurs sévères, notamment en cancérologie.
- 56 Covid, des douleurs à n'en plus finir**
Le Covid long touche près de 2 millions de Français et s'accompagne souvent de douleurs diffuses, parfois invalidantes, mais des solutions existent.

LES REMÈDES

- 62 Que valent les thérapies non médicamenteuses ?**
Elles séduisent de plus en plus de patients en quête de solutions, à condition de bien distinguer les approches réellement utiles de celles à éviter.
- 68 La chimie au banc d'essai**
Mode d'action, efficacité réelle, risques et idées reçues : un tour d'horizon pour mieux comprendre ce que contiennent – et ce que font vraiment – nos armoires à pharmacie.
- 76 Quand faut-il opérer ?**
Prothèses, décompression nerveuse, arthrodèse : quelles interventions soulagent vraiment, pour quels patients, et avec quels résultats ?



PENSER LA DOULEUR

- 80 Quand la douleur déraile**
Membre fantôme, allodynie, fibromyalgie... La douleur ne suit pas toujours les règles attendues.
- 84 Very bad web**
Humiliations, violences et souffrance mises en scène en direct : l'extrême streaming transforme la douleur en spectacle rentable.
- 86 Traumas collectifs, comment s'en sortir ?**
Quand un attentat ou une guerre frappe une société entière, la douleur psychique déborde le cadre individuel et s'inscrit dans la mémoire collective.
- 90 À l'école de la souffrance**
Evaluer la douleur, la soulager, mais aussi écouter et faire preuve d'empathie : soigner la douleur ne s'improvise pas.
- 92 "La douleur est un puissant agent de métamorphose"**
L'historienne Joanna Bourke et le sociologue David Le Breton retracent la façon dont les sociétés, de l'Antiquité au christianisme, ont façonné notre rapport à la souffrance.
- 98 Bibliographie**



PAGE 101

"MÀJ" COMME MISE À JOUR

Où se trouve la boussole des pigeons ? Les NTG autorisés par l'Europe ? La matière peut-elle répéter son motif dans le temps ? Douze pages d'actualité scientifique et de questions-réponses pour faire le point sur vos thématiques favorites.