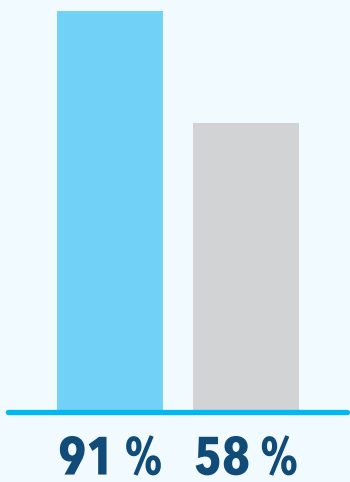


# TOUT DÉVOILER : LES EXPÉRIENCES AVEC LA DOULEUR ET LA SANTÉ MENTALE

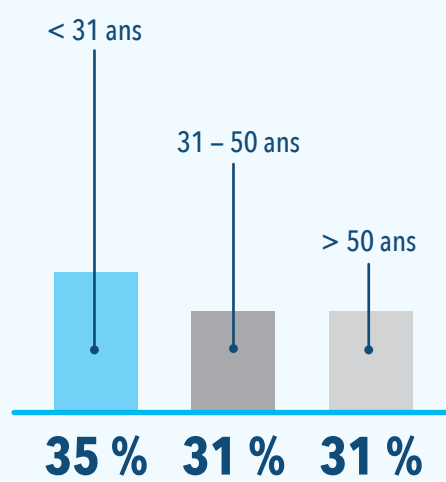
Les points saillants de *Tout dévoiler : le rapport final d'un sondage sur la santé reproductive et sexuelle chez les femmes+ atteintes d'arthrite inflammatoire et de maladies rhumatismales et psoriasiques*.

Plus de 400 personnes atteintes d'arthrite inflammatoire et de maladies rhumatismales et psoriasiques, s'identifiant comme femme+, nous ont fait part de leurs préoccupations liées à leur santé sexuelle et reproductive. Elles ont partagé leurs expériences et leur point de vue en ce qui a trait à la contraception, la planification familiale, la ménopause, la santé sexuelle et la parentalité.

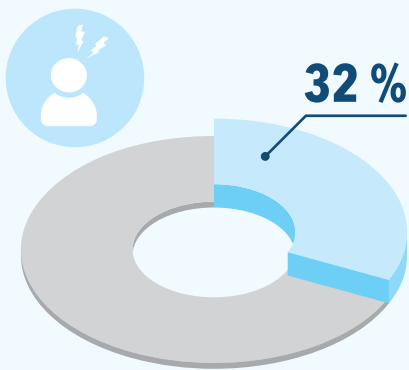
## LA DOULEUR



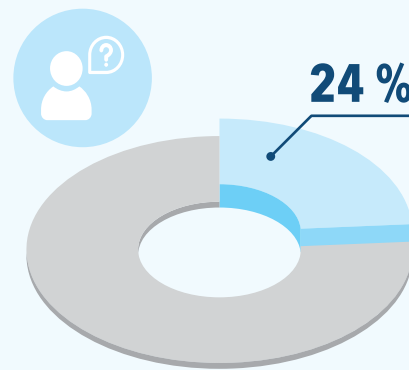
Même si **91 %** des participantes au sondage peuvent parler honnêtement de douleur avec leur fournisseur de soins de santé, seulement **58 %** sentent que leur fournisseur de soins de santé comprend vraiment la douleur qu'elles éprouvent en lien avec leur maladie.



Il y avait un taux d'insatisfaction plus élevé quant aux options pour faire face à la douleur, offertes par les fournisseurs de soins de santé, chez les femmes+ plus jeunes (**35 %**) que dans tout autre groupe d'âge.

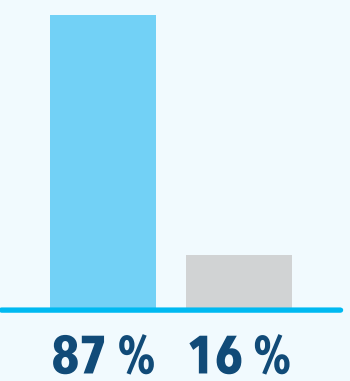


Environ un tiers des participantes (**32 %**) estiment que leur fournisseur de soins de santé ne leur donne pas des options utiles et efficaces pour gérer leur douleur.

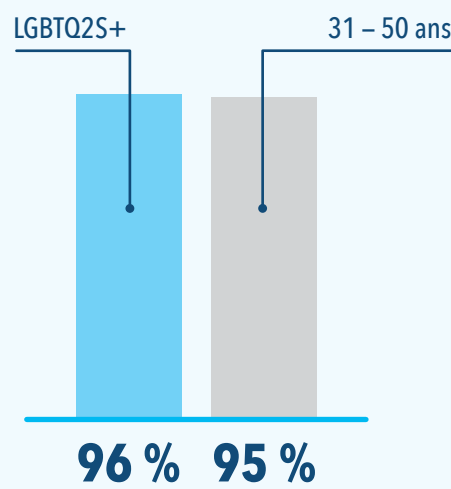


Environ un quart des participantes (**24 %**) n'ont pas l'impression que leur fournisseur de soins de santé leur pose régulièrement des questions sur leur douleur.

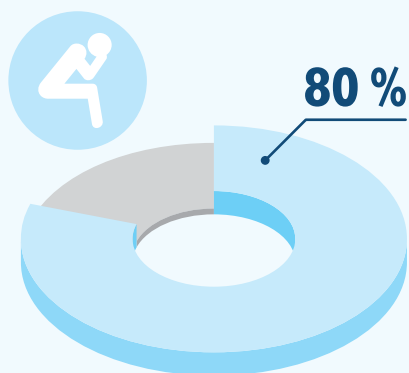
## LA SANTÉ MENTALE



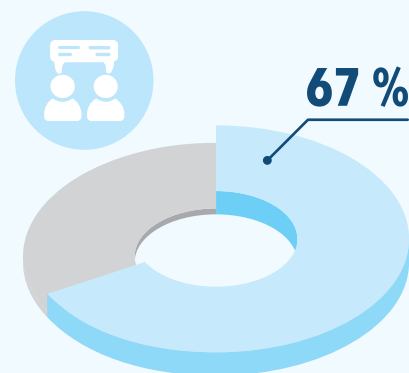
**87 %** des participantes s'inquiètent de l'impact de leur maladie sur leur santé mentale, mais seulement **16 %** des participantes ont un professionnel de la santé mentale (p. ex., psychiatre, psychologue, travailleur social) dans leur équipe de soins.



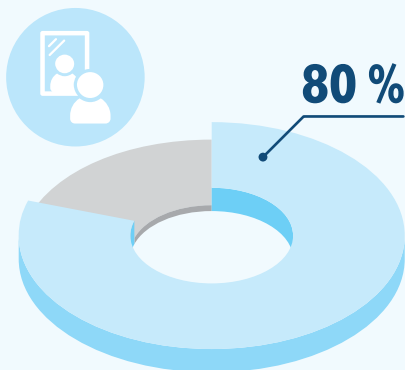
Presque toutes les participantes qui s'identifient comme LGBTQ2S+ (**96 %**) et celles âgées de 31 à 50 ans (**95 %**) ont indiqué qu'elles s'inquiètent de leur santé mentale.



**80 %** des participantes ont indiqué qu'elles s'inquiètent de l'impact de leur maladie sur leur famille.



Seulement **67 %** des participantes ont dit avoir quelqu'un à qui parler de leurs inquiétudes et de leurs préoccupations.



Plus de **80 %** des participantes ont rapporté que leur maladie avait un impact négatif sur l'image qu'elles ont d'elles-mêmes.

## LES RECOMMANDATIONS

- Les fournisseurs de soins de santé devraient encourager des discussions honnêtes et collaboratives avec les patientes afin de permettre une prise de décision partagée en ce qui a trait à la prise en charge de la douleur et à la santé mentale.
- Les fournisseurs de soins de santé devraient poser régulièrement des questions sur la douleur afin d'aider leurs patientes et mieux comprendre l'impact de la douleur sur leur vie.
- Les gouvernements et les facultés de médecine devraient accroître l'éducation et les connaissances sur la douleur chez les étudiants en médecine.
- Les fournisseurs de soins de santé devraient faire le dépistage de problèmes de santé mentale.
- Les soins interdisciplinaires qui comprennent le soutien en santé mentale par des psychothérapeutes et des travailleurs sociaux devraient être considérés comme des soins essentiels.
- Les groupes de patients devraient créer et partager des ressources en santé mentale destinées à leur communauté de patients.