

Limitations dans les activités, douleur et santé mentale parmi un échantillon de vétéranes canadiennes

POURQUOI AVONS-NOUS MENÉ CETTE ÉTUDE?

Des recherches canadiennes suggèrent indiquent que les difficultés rencontrées par les vétéranes sont plus marquées que celles des hommes¹ et que les vétéranes sont confrontées à davantage de contraintes dans leurs activités quotidiennes². Les données des États-Unis indiquent que les vétéranes sont plus susceptibles que la moyenne d'être aux prises avec plusieurs problèmes de douleur qui se chevauchent (p. ex. douleurs articulaires, douleurs au cou, maux de tête)³. *Ces résultats soulignent la nécessité de mener davantage de recherches sur la santé et le bien-être des vétéranes.*

En 2024, l'Institut Atlas pour les vétérans et leur famille a lancé un sondage afin de mieux comprendre les besoins en matière de santé et de bien-être des vétéranes. Cette fiche d'information présente les résultats de ce sondage, qui comprenait des questions sur la douleur, les limitations dans les activités et la santé mentale.

QUI A PARTICIPÉ?

CARACTÉRISTIQUES DE L'ÉCHANTILLON

207
vétéranes
issues des

- Forces armées canadiennes et/ou 72,5%
- de la Gendarmerie royale du Canada 27,5%

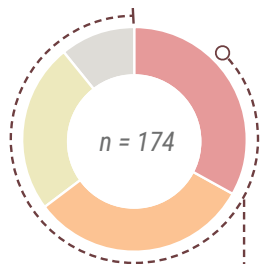
Durée moyenne du service
20
ans

Âge moyen
54
ans

QU'AVONS-NOUS APPRIS DES DONNÉES?

LIMITATIONS DANS LES ACTIVITÉS DE LA VIE QUOTIDIENNE

174 participantes ont signalé des limitations dans leur vie quotidienne.



33,3 %
• Ont beaucoup de difficulté sur le plan de la mémoire ou de la concentration

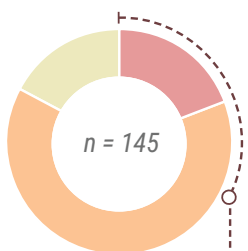
31,6 %
• Ont une certaine difficulté à assurer leur propre hygiène (p. ex. prendre une douche)

24,3 %
• Ont beaucoup de difficulté à marcher ou à monter des escaliers

88,5 %
des 174 participantes qui ont signalé des limitations croient que ces difficultés sont le résultat de leur service

EXPÉRIENCES LIÉES À LA DOULEUR

Plus des deux tiers des participantes (70,4³) éprouvent actuellement de la douleur ou de l'inconfort.



19,2 %
• percevaient cela comme une douleur légère

63,7 %
• percevaient cela comme une douleur modérée

17,1 %
• percevaient cela comme une douleur intense

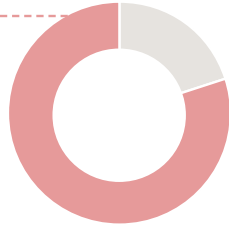
33,6 %
de ces 145 participantes ont indiqué que la douleur limite la plupart de leurs activités.

SANTÉ MENTALE

La douleur chronique s'accompagne souvent de problèmes de santé mentale. Les participantes ont déclaré avoir reçu les diagnostics suivants.

80%

des participantes ayant reçu un diagnostic de trouble lié au traumatisme ou au stress ont déclaré éprouver de la douleur ou de l'inconfort.



70,0%

Trouble lié au traumatisme ou au stress

47,8%

Trouble anxieux

28,5%

Blessure de stress opérationnel

27,5%

Trouble de l'humeur

Comparativement aux participantes n'éprouvant aucune douleur, celles qui en éprouvaient ont déclaré avoir :



Une gravité des symptômes de dépression, d'anxiété et de trouble de stress post-traumatique

beaucoup plus élevée



Satisfaction à l'égard de la vie

beaucoup plus faible

PRINCIPAUX POINTS À RETENIR

Plus de la moitié des participantes ont déclaré éprouver de la douleur ou de l'inconfort.



Pour un tiers de ce groupe, la douleur limite la plupart de leurs activités.

Il existe un lien important entre la douleur et les symptômes d'enjeux de santé mentale.



Cette constatation correspond à ce que l'on sait sur la façon dont la douleur chronique et les troubles de santé mentale coexistent souvent et fait ressortir l'importance de tenir compte de la douleur chronique dans le traitement des problèmes de santé mentale (et vice versa).

Les données représentées un échantillon de vétérans et ne peuvent être généralisées à l'ensemble de la population de vétérans.

1. Direction de la recherche d'Anciens Combattants Canada. Douleur chronique chez les vétérans : Exposé d'information [en ligne]. Charlottetown (Î.-P.-É.); 2018. Disponible sur : veterans.gc.ca/sites/default/files/chronic-pain_f.pdf
2. Hall AL, Sweet J, Tweel M, MacLean MB. Comparing negative health indicators in male and female Veterans with the Canadian general population. *BMJ Military Health*. 2022;168(1):82-87. doi:10.1136/bmjilitary-2020-001526
3. Hadlandsmyth K, Zhuang C, Driscoll MA, Lund BC. Comorbid chronic pain and post-traumatic stress disorder: current rates and psychiatric comorbidities among US military veterans. *Military Medicine*. 2024 Nov;189(11-12):2303-2306. doi:10.1093/milmed/usae313