Communiqué de presse.

Douleur chronique : 14 millions de Français vivent au quotidien avec une maladie, pas un symptôme.

France, 19 octobre 2026. Une douleur qui dure plus de 3 mois n'est plus un symptôme à soulager : c'est une maladie à part entière, la douleur chronique, qui nécessite une prise en charge adaptée. Selon le 1er baromètre de la Douleur réalisé par Viavoice pour Opella, 26 % des Français, soit 14 millions de personnes, vivent avec une douleur chronique continue[i]. Et plus elle dure, plus les patients sont nombreux à penser qu'il faut « vivre avec ». Pourtant, une douleur qui s'installe durablement affecte profondément le quotidien et ne doit pas être banalisée.

La particularité de ce baromètre est son caractère « en miroir »**.** 5000 patients, 200 médecins généralistes et 200 pharmaciens ont été interrogés sur les mêmes thématiques et questions, pour comparer leur perception de la douleur chronique, repérer les points de convergence et éclairer les zones grises.

Les chiffres clés.

- **65 %** des Français ont ressenti, ces 12 derniers mois, une douleur d'au moins 3 mois, soit plus de 35 millions de personnes.
- **26 %**, soit **14 millions**, vivent avec une douleur chronique continue ; pour 80 % d'entre eux, elle a un impact important sur le quotidien.
- **31 %** des personnes qui en souffrent entre 3 à 6 mois adoptent une attitude passive (« il faut vivre avec », « la supporter ») ; elles sont 46 % après plus de 3 ans.
- **79 %** reconnaissent le rôle du pharmacien à les accompagner dans la bonne utilisation des médicaments sans ordonnance.

Au début, la douleur est un symptôme, un signal utile.
Quand elle s'installe, elle perd cette fonction d'alerte. Et les chiffres révèlent une progression dans l'attitude « passive » des patients douloureux chroniques avec l'ancienneté de la douleur : de 31% entre 3 et 6 mois**, ils sont 46 % après 3 ans à déclarer qu'il faut « la supporter tant qu'elle reste supportable » ou « vivre avec » plutôt que « la soigner / la soulager ».** Ils ne se résignent pas pour autant à ne pas comprendre : 36 % attendent d'une consultation médicale un diagnostic et 35 % de comprendre l'origine de leur douleur, autant que d'obtenir un traitement.
Des données qui corroborent et renforcent les dernières conclusions de la Haute Autorité de santé[ii] qui concluait que l'objectif n'était plus seulement de soulager la douleur chronique, mais de la reconnaître comme maladie.

Un décalage de perception : le patient vit une maladie et le professionnel interrogé, par son métier, soigne d'abord les symptômes.
Ces deux regards ne s'opposent pas : ils découlent d'une différence de perception.

Du point de vue des patients, la douleur chronique bouleverse d'abord le quotidien : sommeil perturbé et activités limitées (46 % chacun), le moral n'arrivant qu'en 4ème position (40 %).
Tandis que du point de vue des professionnels de santé : les médecins généralistes le moral est côté comme 1er impact. Plus de la moitié des professionnels de santé voient également la douleur avant tout comme un symptôme.

Ségolène de Marsac. Présidente Opella France.
" Le patient parle de ce qu'il vit, le professionnel de ce qu'il observe : les deux regards sont justes, mais les perceptions divergent. On observe un décalage des langages, pas des volontés. Mettre les bons mots sur les maux, c'est déjà mieux reconnaître la maladie de la douleur chronique et ouvrir la voie à une prise en charge utile."

Le rôle pivot du pharmacien aux étapes clefs du parcours patient.

Face à la douleur, le premier réflexe des patients douloureux chroniques reste la volonté de gérer cette douleur en autonomie, en temporisant ou en ayant recours à un médicament sans ordonnance.

Leur utilisation responsable est bien intégrée par les patients qui sont 84 % à être conscients des risques posés en cas de mésusage. Près de 4 sur 5 reconnaissent le rôle du pharmacien à les accompagner sur l'automédication (79%). Repérer, conseiller, orienter tôt : le pharmacien, premier professionnel de santé accessible, peut contribuer à ce que la douleur reste un symptôme et ne s'installe pas, et orienter si besoin.

Méthodologie du baromètre.

Enquête quantitative réalisée par Viavoice pour Opella. Grand public : en ligne du 6 au 18 août 2026, 5 000 Français représentatifs (quotas : sexe, âge, CSP, région, catégorie d'agglomération), dont 3 270 patients douloureux chroniques. Professionnels de santé : du 13 au 26 août 2026, 200 médecins généralistes et 200 pharmaciens d'officine en activité.

A propos d'Opella.

Opella est un acteur challenger dans la santé du quotidien et le numéro trois mondial purement dédié au marché des médicaments sans ordonnance (OTC) et des vitamines, minéraux et compléments (VMS). Notre mission est de mettre la santé entre les mains de tous en la rendant, au quotidien, aussi simple qu'elle devrait l'être. Déjà un demi-milliard de consommateurs bénéficient de nos solutions à travers le monde.

Au cœur de cette mission : 100 marques plébiscitées, une équipe mondiale forte de 11 000 collaborateurs, 13 sites de fabrication d'excellence dont 2 en France, à Compiègne et Lisieux ; et 4 centres spécialisés en sciences et innovation. Basée en France, Opella est fière de fabriquer des marques, telles qu'Allervi, Doliprane, Dulcolax, Lysopaïne, Novanuit et Phytoxil. Certifiés B Corp, nous jouons un rôle actif dans la promotion d'un avenir plus sain pour les individus et la planète. Découvrez notre mission sur www.opella.com.

Contacts.

Natacha Kalasa. natacha.kalasa@opella.com. +33 6 72 16 64 61.

Toutes les marques mentionnées dans ce communiqué de presse sont la propriété d'Opella.

[i] Etude menée par Viavoice pour Opella. Enquêtes réalisées en ligne du 6 au 18 août 2026 sur 5 000 Français représentatifs et du 13 au 26 août 2026 sur 200 médecins généralistes et 200 pharmaciens d'officine en activité.

[ii] HAS • Parcours de santé d'une personne présentant une douleur chronique • décembre 2024.