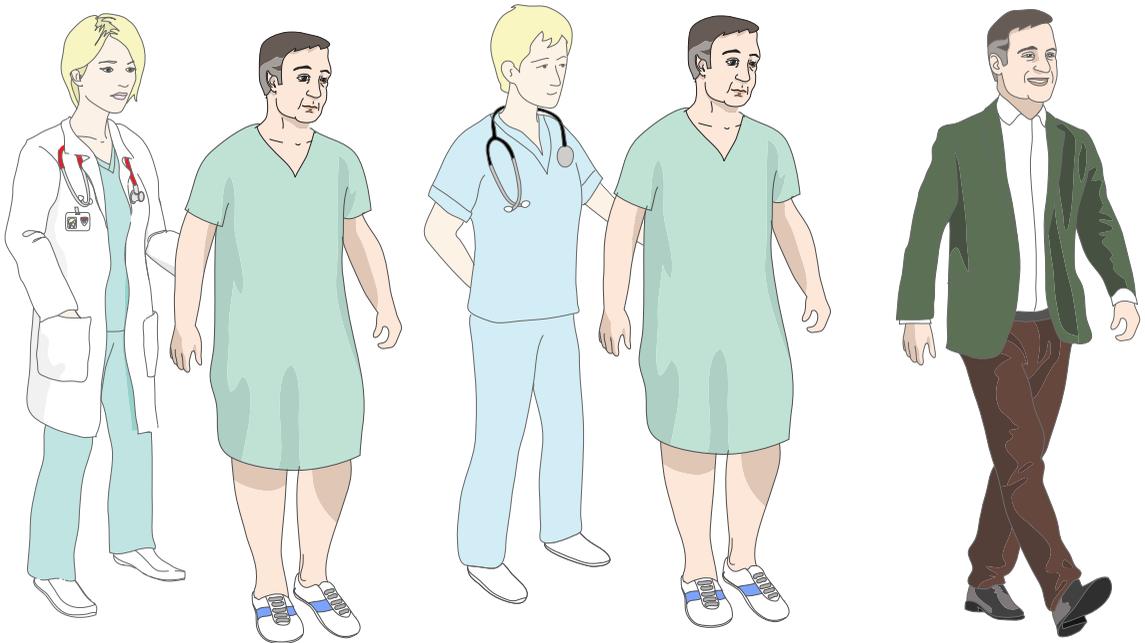


Guide de préparation à la chirurgie



Centre universitaire
de santé McGill



McGill University
Health Centre

Office d'éducation des patients
Patient Education Office

educationdespatientscusm.ca

Ce guide a été conçu par le groupe de travail du cheminement clinique (programme de guérison rapide) du CUSM et révisé par les chirurgiens.

Nous remercions l'Office d'éducation des patients du CUSM de l'aide fournie tout au long de l'élaboration de ce guide, pour la rédaction, la conception et la mise en page ainsi que pour la création de toutes les illustrations.

© Droit d'auteur 15 décembre 2015, septembre 2012. Centre universitaire de santé McGill. 2e édition. Ce document est protégé par les droits d'auteur. Toute reproduction, en totalité ou en partie, est interdite sans autorisation expresse et écrite de patienteducation@muhc.mcgill.ca.



Important

Ce guide a été conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas l'avis médical ou les conseils donnés par un professionnel de la santé et ne se substitue pas à des soins médicaux. Contactez un professionnel de la santé qualifié si vous avez des questions concernant vos soins de santé.



Ce matériel est aussi disponible sur le site de

l'Office d'éducation des patients du CUSM :

www.educationdespatientscusm.ca/

Centre universitaire
de santé McGill



McGill University
Health Centre

Office d'éducation des patients
Patient Education Office

PRET SURE

Parcours de rétablissement chirurgical du CUSM
MUHC Surgery Recovery Program

Table des matières

Introduction

Qu'est-ce qu'une chirurgie d'un jour ?	4
Qu'est-ce qu'une chirurgie de la même journée ?	4
Formulaire de consentement	4
Message de l'équipe chirurgicale	5

Avant votre chirurgie

Se préparer pour votre chirurgie	6
Visite à la Clinique préopératoire	8
Appel du Bureau d'admission	9
Annulation de votre chirurgie	10
Hygiène	11
Diète	12
Quoi apporter à l'hôpital	14

Le jour de votre chirurgie

À l'hôpital	15
-------------	----

Après votre chirurgie

Unité de soins post-anesthésiques (USPA) - salle de réveil	17
Exercices	18
Retour à la maison	20
Téléphonez à votre médecin si...	21

Les stratégies pour vous aider à arrêter de fumer 22

Visitez notre site Internet 23

Plan de l'Hôpital Royal Victoria au site Glen endos

Introduction

Qu'est-ce qu'une chirurgie d'un jour ?

Une chirurgie d'un jour veut dire que vous venez à l'hôpital le jour de votre chirurgie et que vous retournerez à la maison quelques heures après votre chirurgie. Assurez-vous d'avoir quelqu'un qui pourra vous reconduire à la maison **ET** qui pourra rester avec vous les premières 24 heures qui suivent votre chirurgie.

Veillez noter : Votre chirurgie sera annulée si vous n'avez pas quelqu'un pour vous reconduire à la maison et pour rester avec vous les premières 24 heures après votre chirurgie.

Qu'est-ce qu'une chirurgie de la même journée ?

Une chirurgie de la même journée veut dire que vous venez à l'hôpital le jour de votre chirurgie et que vous serez admis le jour même dans une chambre après votre chirurgie. Le nombre de jours à l'hôpital varie selon le type de chirurgie et votre état de santé.



Formulaire de consentement

Les patients doivent signer un formulaire de consentement avant la chirurgie. En signant ce formulaire, vous autorisez le chirurgien à vous opérer. On encourage les patients à poser des questions avant de signer le formulaire de consentement pour la chirurgie.

Avant de signer votre formulaire de consentement, votre chirurgien doit vous donner suffisamment d'informations afin que vous puissiez prendre une décision éclairée. Ces informations doivent comprendre les avantages et les risques possibles de votre chirurgie.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous les poser.

Message de l'équipe chirurgicale

Des études ont démontré que votre guérison sera plus rapide si vous suivez les recommandations décrites dans ce guide. Vous y trouverez des conseils sur votre diète, sur l'activité physique et la gestion de votre douleur. Ces recommandations vous aideront à vous rétablir plus rapidement et vous permettront de retourner à la maison plus tôt.

Veillez apporter ce guide le jour de votre chirurgie. Il vous servira durant votre séjour à l'hôpital. Le personnel de l'hôpital pourra y faire référence pendant votre convalescence et le consultera avec vous avant votre départ de l'hôpital.

Avoir une chirurgie peut être stressant pour les patients et leur famille. Heureusement, nous sommes là pour vous aider et soutenir tout au long de votre hospitalisation. Si vous avez des questions concernant vos soins, n'hésitez pas à nous les poser.

Votre équipe de chirurgie du CUSM



Si vous ne parlez ni français ni anglais, veuillez être accompagné d'une personne qui pourra traduire pour vous.

Se préparer pour votre chirurgie

Soyez actif

Faire de l'exercice permet à votre corps d'être en bonne forme physique avant la chirurgie. Si vous faites déjà de l'exercice, gardez vos bonnes habitudes. Sinon, commencez à ajouter des exercices à votre routine quotidienne. Les exercices n'ont pas besoin d'être d'une haute intensité pour être efficaces. En fait, marcher 15 minutes suffit à vous maintenir en forme.



Arrêtez de fumer

Si vous fumez, essayez d'arrêter de fumer avant votre chirurgie pour réduire les risques de complications aux poumons. Votre médecin peut vous prescrire des médicaments pour vous aider à arrêter de fumer. Pour en savoir davantage, allez à la page 22.



Réduisez votre consommation d'alcool

Ne buvez pas d'alcool 24 heures avant votre chirurgie. L'alcool peut interagir avec les médicaments qui vous seront donnés à l'hôpital. Dites-nous si vous avez besoin d'aide pour diminuer votre consommation d'alcool avant votre chirurgie.

Se préparer pour votre chirurgie

Planifiez

De retour chez vous, vous pourriez avoir besoin d'aide pour les repas, la lessive, les bains ou le ménage. Préparez des repas à l'avance que vous garderez dans votre réfrigérateur ou congélateur et qui seront faciles à réchauffer. Discutez avec votre famille et vos amis pour que vous ayez de l'aide lors de votre retour à la maison après votre chirurgie.



Organisez votre transport

Les patients d'une chirurgie d'un jour ont généralement leur congé de l'hôpital en après-midi ou en soirée de la même journée.

Les patients d'une chirurgie de la même journée sont hospitalisés sur une unité de soins. Le nombre de jours que vous serez à l'hôpital dépendra de votre chirurgie et de votre état de santé.

Demandez à quelqu'un de vous reconduire à la maison.



Visite à la Clinique préopératoire

Lors de votre visite à la Clinique préopératoire, vous aurez :

- des analyses de sang.
- un ECG (électrocardiogramme) si vous avez plus de 50 ans.
- Une rencontre avec une infirmière. Elle vous dira comment vous préparer pour la chirurgie et à quoi vous attendre pendant votre séjour à l'hôpital.
- Une rencontre avec un médecin. Il vous posera des questions sur votre état de santé et sur les médicaments que vous prenez. Si vous avez d'autres problèmes médicaux, vous pourriez être référé à un autre médecin (un médecin spécialiste) avant la chirurgie.

Vous devez arrêter de prendre certains médicaments ou produits à base de plantes médicinales avant la chirurgie. Le médecin de la Clinique préopératoire vous informera sur les médicaments que vous pourrez continuer à prendre et ceux que vous devez arrêter.



Si vous avez des questions, veuillez contacter les infirmières de la Clinique préopératoire au (514) 934-1934, poste 34916, du lundi au vendredi.

HRV - Clinique préopératoire : située près de la cafétéria en D S1.2428 (Bloc D, niveau S1).

Appel du Bureau d'admission

Le jour avant votre chirurgie, le Bureau d'admission vous téléphonera pour vous dire quand venir à l'hôpital. Vous devez vous présenter 2 heures avant l'heure prévue de votre chirurgie. **Exception** : Si votre chirurgie est prévue à 7 h 30, on vous demandera d'arriver à 6 h 30.

L'heure de votre chirurgie n'est pas exacte. Elle pourrait avoir lieu avant ou après l'heure prévue.



Date de votre chirurgie :

Heure d'arrivée à l'hôpital :

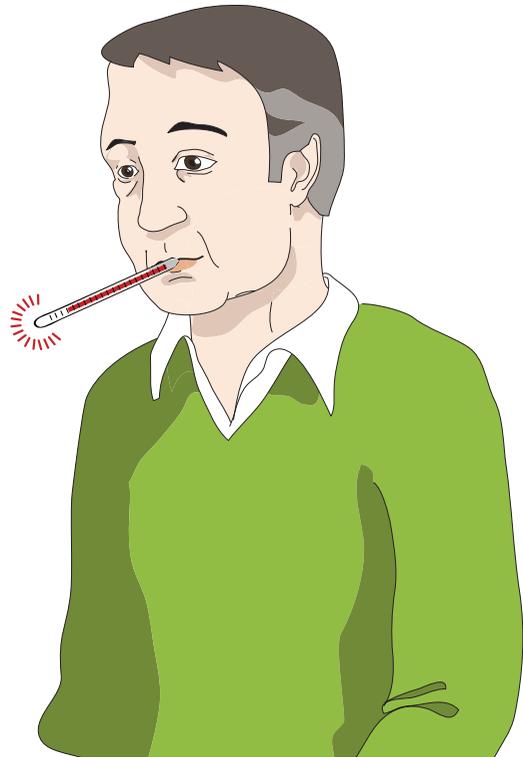
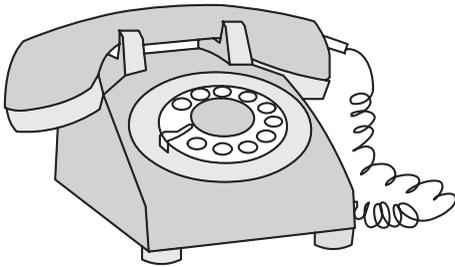
Lieu : **Enregistrement-centre de chirurgie et d'intervention**,
Bloc C, niveau 3 (C03.7055). Prenez les ascenseurs à votre droite ou gauche
(Nord) de l'entrée principale de l'Hôpital Royal Victoria et allez au niveau 3.



Si à 14h00 vous n'avez pas reçu d'appel du bureau d'admission, veuillez les appeler au (514) 934-1934, poste 31557.

Annulation de votre chirurgie

Si vous êtes malade ou enceinte, veuillez téléphoner au bureau de votre chirurgien dès que possible. Si vous ne pouvez pas communiquer avec votre chirurgien, appelez le Bureau d'admission au (514) 934-1934, poste 31557.

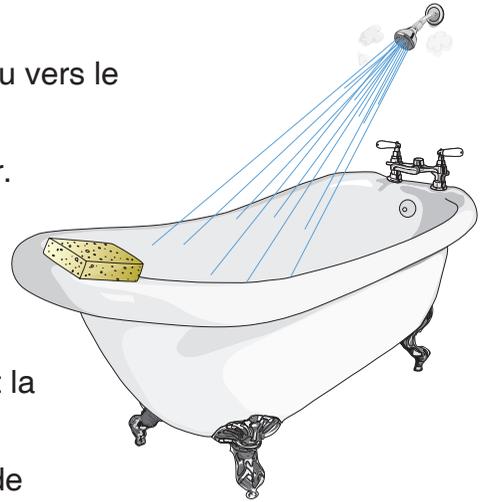


L'Hôpital Royal Victoria est un centre de cardiologie et de transplantation. Votre chirurgie pourrait être retardée ou annulée à cause d'une urgence. Si cela est le cas, votre chirurgien vous donnera une autre date pour votre chirurgie dès que possible.

Hygiène

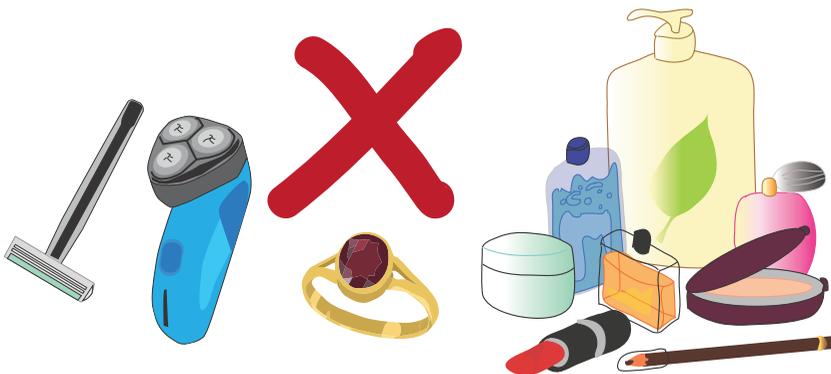
Le soir avant votre chirurgie :

1. Utilisez du shampoing et du savon ordinaires pour votre visage et vos cheveux.
2. Prenez une douche ou un bain en utilisant l'une des 2 éponges antibactériennes fournies.
3. Lavez votre corps, en commençant du cou vers le bas du corps. N'oubliez pas votre nombril.
4. Portez des vêtements propres pour dormir.



Le matin de votre chirurgie :

1. Prenez une douche ou un bain en utilisant la 2e éponge.
2. Ne mettez pas de crème, de maquillage, de vernis à ongles, de bijoux ou de piercings.
3. Ne rasez pas la région opérée.
4. Mettez des vêtements propres.



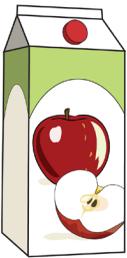
Diète

L'infirmière de la Clinique préopératoire vous expliquera la diète à respecter avant votre chirurgie afin d'avoir l'énergie et les nutriments nécessaires pour récupérer rapidement.

Le jour avant votre chirurgie :

- Ne buvez pas d'alcool.
- Mangez et buvez normalement jusqu'à minuit.
- Buvez une boisson sucrée (du jus clair) en soirée (voir la liste ci-dessous).
- **Après minuit, ne mangez plus rien, ne prenez plus de produits laitiers ou de jus avec de la pulpe.**

Choisissez 1 seule boisson sucrée :



Jus de
pomme
850 ml



Jus d'orange
sans pulpe
1000 ml



Thé glacé du
commerce
1100 ml



Cocktail de
canneberge
650 ml



Limonade
sans pulpe
1000 ml

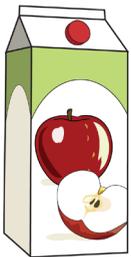
Diète

Le matin de votre chirurgie :

- Ne mangez aucun aliment.
- Buvez une boisson sucrée (du jus clair) 2 heures avant votre chirurgie (voir la liste ci-dessous).
- Ne prenez pas de produits laitiers ou de jus avec de la pulpe.
- Arrêtez de boire des liquides clairs 2 heures avant votre chirurgie. Ceci correspond à l'heure à laquelle vous devez être à l'hôpital pour votre chirurgie. **Exception** : si votre chirurgie est à 7h30, on vous demandera d'être à l'hôpital à 6h30, ainsi vous devrez arrêter de boire à 5h30.

Certaines personnes ne doivent pas boire le jour de leur chirurgie. Votre infirmière vous dira si devez arrêter de boire à minuit. La plupart des personnes peuvent boire des liquides clairs jusqu'à deux heures avant leur chirurgie.

Choisissez 1 seule boisson sucrée :



Jus de
pomme
425 ml



Jus d'orange
sans pulpe
500 ml



Thé glacé du
commerce
550 ml



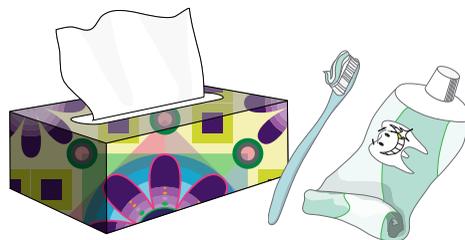
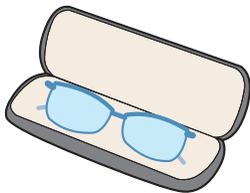
Cocktail de
canneberge
325 ml



Limonade
sans pulpe
500 ml

Quoi apporter à l'hôpital

- ❑ Ce guide
- ❑ Votre carte d'assurance maladie et votre carte de l'hôpital
- ❑ Toute information relative à vos assurances privées (si vous en avez)
- ❑ Vos médicaments dans leurs contenants d'origine
- ❑ 2 paquets de votre gomme à mâcher préférée
- ❑ Robe de chambre, pantoufles, pyjama, vêtements amples et confortables
- ❑ Brosse à dents, dentifrice, brosse à cheveux, déodorant, rince-bouche, savon, mouchoirs, articles de rasage et au besoin, des bouchons d'oreilles
- ❑ Lunettes, verres de contact, prothèse auditive, dentier avec les contenants appropriés pour les ranger et portant votre nom
- ❑ Canne, béquilles ou marchette portant votre nom



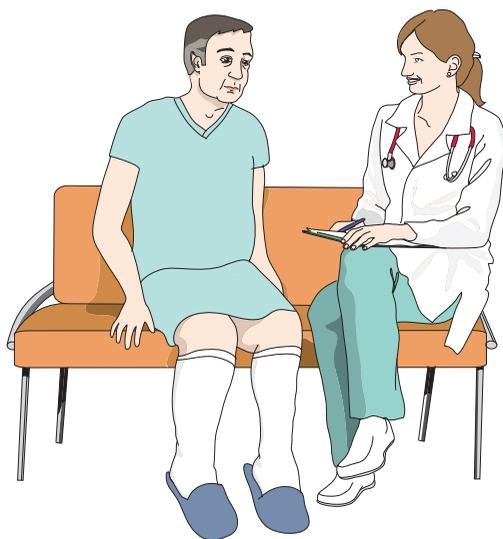
Veuillez laisser tous vos objets de valeur, cartes de crédit et bijoux à la maison. L'hôpital n'est pas responsable des objets perdus ou volés.

Le Bureau d'admission

Présentez-vous à l'heure demandée à l'enregistrement centre de chirurgie et d'intervention, Bloc C, niveau 3 (C03.7055). Prenez les ascenseurs à votre droite ou gauche Nord de l'entrée principale de l'Hôpital Royal Victoria et allez au niveau 3.

La salle préopératoire

L'infirmière vous demandera de mettre une jaquette d'hôpital et remplira une liste de vérification préopératoire avec vous. On pourrait vous demander de mettre des bas élastiques pour faciliter la circulation du sang et empêcher la formation de caillots. Vous devez porter ces bas jusqu'à ce que l'infirmière vous dise de les enlever.



La salle d'opération

Un préposé aux bénéficiaires vous conduira à la salle d'opération. Vous rencontrerez votre anesthésiste (le médecin qui vous endormira) et d'autres membres de l'équipe chirurgicale. Vous serez endormi et ne ressentirez aucune douleur pendant la chirurgie.

À l'hôpital

La salle d'attente

Votre famille et vos amis peuvent vous attendre dans la salle d'attente située au C3 (Bloc C, niveau 3). Ils devront patienter plusieurs heures avant de pouvoir vous rendre visite dans votre chambre. Aucun visiteur n'est autorisé à l'Unité de soins post-anesthésiques (USPA) à moins que vous n'y restiez durant la nuit.

Autres ressources

- Cafétéria : située à côté de l'Atrium pour adultes au niveau S1
- Machines distributrices : Bloc C, niveau S1
- Commerces : Galleria, rez-de-chaussée et Atrium, niveau S1
- Guichets bancaires : Blocs C & D, rez-de-chaussée
- Centre de ressources pour adultes (bibliothèque) : Bloc B, rez-de-chaussée
- Salle de prière et de méditation : entre les Blocs C & D, niveau 2, salle 1178

Accès Internet

- Réseau : CUSM-MUCH-PUBLIC
- Nom d'utilisateur : public
- Mot de passe : wifi



Unité de soins post-anesthésiques (USPA) - salle de réveil

Après votre chirurgie, vous vous réveillerez à l'Unité de soins post-anesthésiques (USPA). C'est un endroit calme où les patients sont surveillés attentivement.

Votre infirmière surveillera fréquemment :

- votre pression artérielle, votre pouls et votre respiration.
- vos pansements, si vous en avez.
- si vous avez de la douleur.

Contrôle de la douleur

Il est important de contrôler votre douleur, car cela vous aidera à :

- prendre de grandes respirations,
- mieux dormir,
- bouger plus facilement,
- récupérer plus rapidement.
- mieux manger,



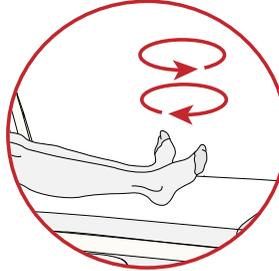
Votre infirmière vous demandera d'évaluer votre niveau de douleur sur une échelle de 0 à 10. 0 signifie que vous ne ressentez aucune douleur et 10 est la pire douleur que vous pouvez imaginer. Nous voulons garder votre douleur à moins de 4 sur 10. Dites-nous si vous avez mal. Nous vous aiderons.

Exercices

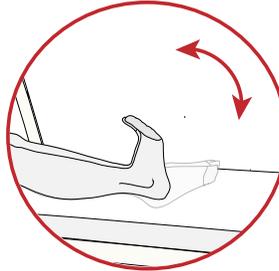
Rester couché sans bouger peut causer plusieurs problèmes comme une pneumonie, des caillots de sang et la perte de la force musculaire. Vous pouvez commencer à faire les exercices suivants dès votre réveil et durant votre séjour à l'hôpital.

Exercices pour les jambes

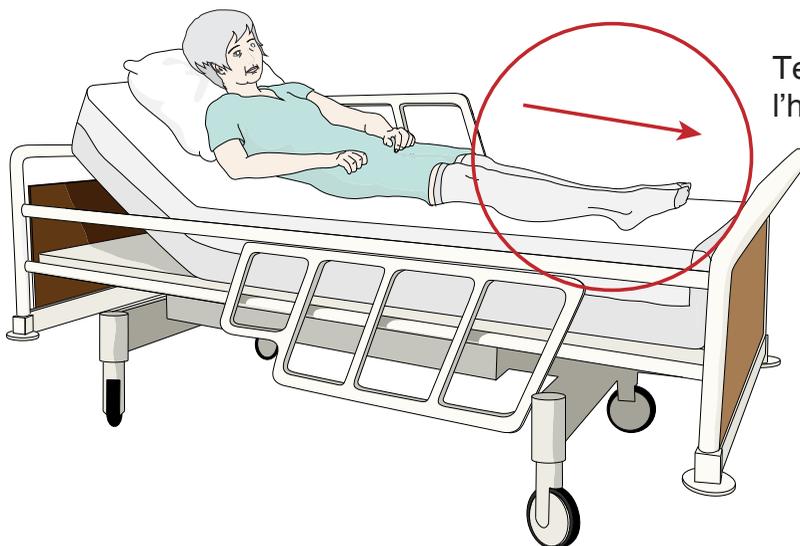
Ces exercices aident le sang à circuler dans vos jambes. Répétez chaque exercice 4 à 5 fois chaque demi-heure quand vous êtes éveillé.



Tournez vos pieds vers la droite et vers la gauche.



Bougez vos orteils et pliez vos pieds de haut en bas.



Tendez vos jambes à l'horizontale.

Exercices

Exercices de respiration profonde et de toux :

Un spiromètre est un appareil qui aide à respirer profondément afin d'éviter des problèmes aux poumons.



Comment utiliser un spiromètre :

- Mettez vos lèvres sur l'embout du spiromètre, inspirez profondément et maintenez la boule rouge élevée pendant 2 à 4 secondes.
- Retirez vos lèvres de l'embout du spiromètre afin d'expirer complètement et reposez-vous pendant quelques secondes.
- Répétez cet exercice 10 fois par heure lorsque vous êtes éveillé.
- Prenez une respiration profonde, tousssez en utilisant un oreiller ou une petite couverture pour protéger votre incision et crachez vos sécrétions (mucus) si vous en avez.

Retour à la maison

Votre médecin vous informera lorsque vous aurez votre congé de l'hôpital. Veuillez suivre les recommandations qui vous ont été données par votre médecin et le personnel infirmier concernant:

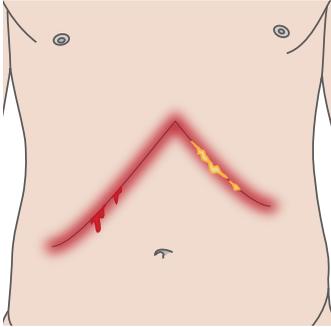
- le contrôle de la douleur
- les soins à votre incision
- les bains et douches
- les activités (conduite automobile, exercice physique, activités sexuelles)
- votre retour au travail



Ne conduisez pas et ne prenez pas d'alcool 24 heures après votre chirurgie ou lorsque vous prenez des médicaments pour contrôler votre douleur.

Téléphonez à votre médecin si...

Appelez votre chirurgien si...



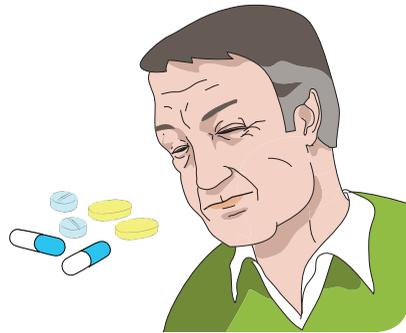
Votre incision ou vos incisions deviennent chaude, rouge ou vous voyez du liquide provenant de l'incision.



Vous avez une fièvre (au-delà de 38° C ou 100,4° F).



Vous ne pouvez pas boire de liquides ou vous avez des nausées et des vomissements.



Vous avez des douleurs et vos médicaments antidouleurs ne vous soulagent pas.

Si vous ne pouvez pas joindre votre médecin, allez aux urgences les plus proches.

Les stratégies pour vous aider à arrêter de fumer

Les différentes étapes pour arrêter de fumer :

1. Se préparer à arrêter.
2. Choisir la date pour arrêter.
3. Faire face au sevrage.
4. Lutter contre les rechutes.



Les stratégies pour vous aider à arrêter de fumer :

- Arrêtez de fumer dès maintenant. C'est la première étape pour arrêter de fumer.
- Allez-y un jour à la fois. Considérez-vous comme un non-fumeur. Soyez fier de vos efforts.
- Demandez à votre famille et vos amis de ne pas fumer autour de vous.
- Demandez à un membre de la famille ou à un ami d'arrêter de fumer en même temps que vous.
- Joignez-vous à un groupe de soutien pour arrêter de fumer et débarrassez-vous de vos mauvaises habitudes.
- Demandez à votre médecin les différentes méthodes pour arrêter de fumer, comme le timbre de nicotine.



Pour obtenir plus d'informations :

Institut thoracique de Montréal
(514) 934-1934 poste 32503

www.muhc.ca

L'Association pulmonaire Québec
(514) 287-7400 or 1-800-295-8111

www.pq.lung.ca

Vous cherchez des informations sur

VOTRE CHIRURGIE ?



Visitez notre Collection de ressources
Recherche: Guides de chirurgie
educationdespatientscsm.ca



Centre universitaire de santé McGill McGill University Health Centre



Office d'éducation des patients
Patient Education Office

Hôpital Royal Victoria au site Glen

1001 boul. Décarie, Montréal QC H4A 3J1

Centre universitaire
de santé McGill



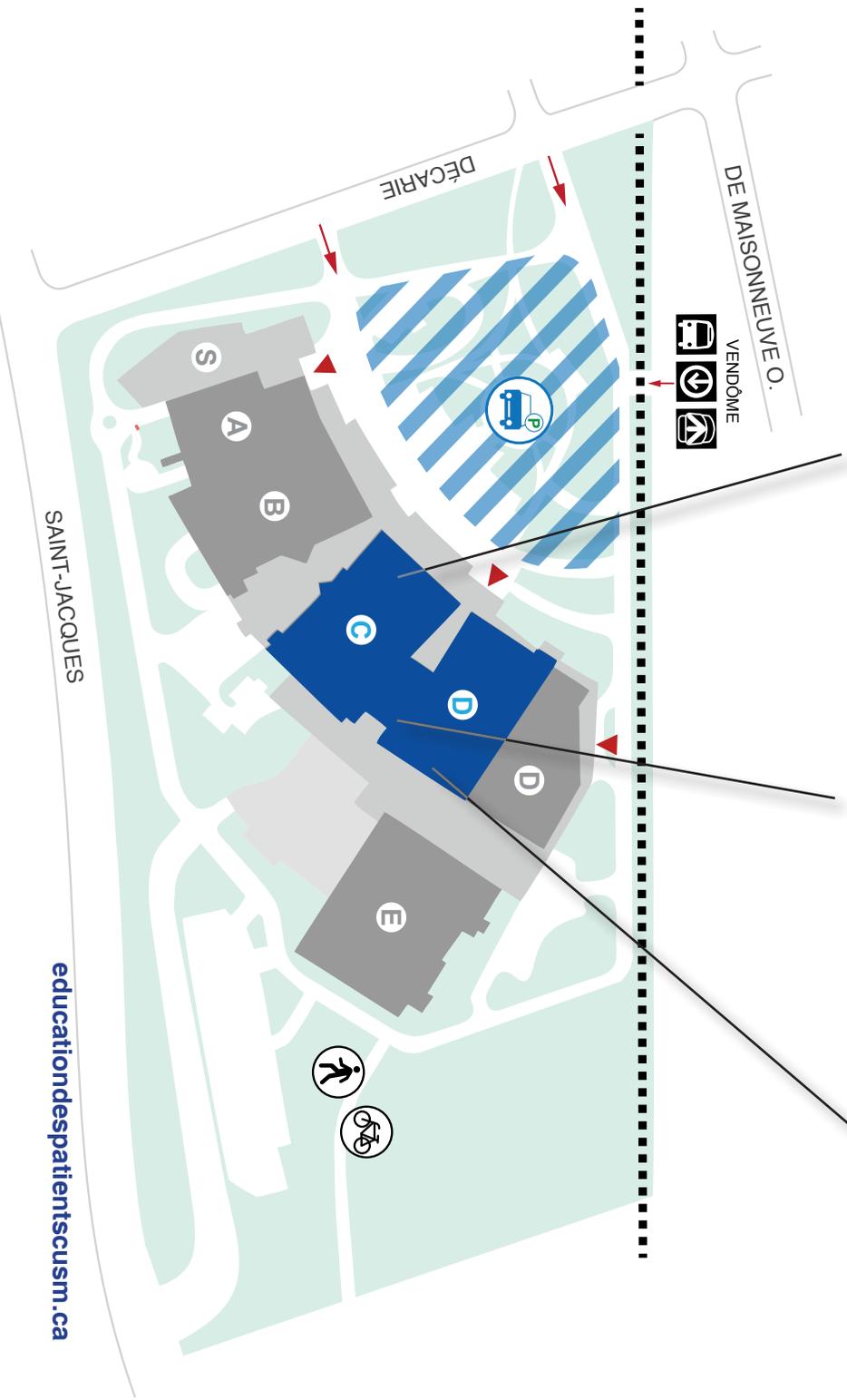
McGill University
Health Centre

Office d'éducation des patients
Patient Education Office

Enregistrement Centre de
chirurgie et d'intervention
C03.7055

Cafétéria :
située à côté de l'Atrium
pour adultes au niveau S1

Clinique préopératoire :
D S1.2428



SAINT-JACQUES

educationdespatientscum.ca