

Préparation à la maison

Avant votre chirurgie



Vous aurez bientôt une chirurgie au CHU de Québec-Université Laval.
Ce guide contient des conseils généraux sur :

- Votre rendez-vous à la clinique préopératoire
- Votre préparation à la maison
- La journée de votre chirurgie
- Aide-mémoire avant votre chirurgie

Il existe d'autres guides produits par le CHU de Québec-Université Laval, demandez lesquels pourraient répondre à vos besoins.

Apportez ce guide à tous vos rendez-vous.



Avant votre chirurgie, vous devez compléter un bilan de santé (une collecte de données). Vous pouvez compléter ce bilan en ligne sur le site du CHU de Québec :

- Collecte de données préopératoires CHU de Québec-Université Laval (chudequebec.ca).
- Si vous avez reçu un bilan de santé en papier, vous devez l'envoyer rapidement à la clinique préopératoire. Suivez les instructions sur le document.



Clinique préopératoire

Comment se déroulera votre rendez-vous à la clinique préopératoire ?

Votre rendez-vous aura lieu en personne ou par téléphone. Lors de ce rendez-vous l'infirmière va :

- Revoir votre bilan de santé (la collecte de données) que vous avez complété.
- Planifier des examens et des visites médicales avant votre chirurgie.
- Donner des conseils pour vous préparer à votre chirurgie.
- Répondre à vos questions.

Comment vous préparer pour votre rendez-vous à la clinique préopératoire (téléphonique ou en personne) ?

Vous devez être accompagné d'un proche lors de cette rencontre. Cette personne peut vous aider à noter vos questions et les conseils importants. Lors de votre rendez-vous, ayez en mains :

- ☐ Une liste à jour de vos médicaments de votre pharmacie communautaire.
- ☐ Vos cartes d'assurance maladie et d'hôpital (si vous en avez une).
- ☐ Les guides d'enseignement qui vous ont été remis.
- ☐ Les formulaires à compléter par votre chirurgien (ex. : arrêt de travail, formulaire d'assurances, etc.).
- ☐ Une liste de vos questions.

Préparation à la maison

Dites à l'infirmière de la clinique préopératoire si vous prenez :

- Aspirine vendue en vente libre, non prescrite par un médecin.
- Des produits naturels en vente libre, non prescrite par un médecin.

IMPORTANT

Utilisez l'aide-mémoire à la fin de ce guide « Préparation à ma chirurgie ».

Nous communiquons avec vous

La date de la chirurgie vous sera communiquée par téléphone.

La veille de votre chirurgie (les jours ouvrables), vous recevrez un appel entre 11h et 17h pour confirmer à nouveau **l'heure d'arrivée** à l'hôpital pour votre chirurgie.

Assurez-vous d'être disponible pour répondre au téléphone.

Communiquez avec nous

Dans **les plus brefs délais**, si vous avez :

- Changement de votre santé (maladie, grossesse, etc.)
- Changement de vos médicaments
- Hospitalisation imprévue, etc.
- Difficulté à vous présenter la journée

Site du CHU de Québec-Université Laval	Appelez-nous
<input type="checkbox"/> Centre hospitalier Université Laval (CHUL)	Clinique préopératoire CHUL 418 525-4444 poste 47448
<input type="checkbox"/> Hôpital de l'Enfant-Jésus (HEJ)	Clinique préopératoire HEJ 418 649-5985
<input type="checkbox"/> Hôpital St-François d'Assise (HSFA)	Clinique préopératoire HSFA 418 525-4399
<input type="checkbox"/> Hôtel-Dieu de Québec (HDQ)	Clinique préopératoire HDQ 418 525-4444 poste 16665
<input type="checkbox"/> Hôpital du St-Sacrement (HSS)	Clinique préopératoire HSS 418 682-7614
<input type="checkbox"/> Centre universitaire d'ophtalmologie (CUO)	Clinique préopératoire CUO 418 525-4444 poste 82650



Préparation à la maison

Comment bien vous préparer pour votre retour à la maison ?

Vous devrez être accompagné le jour de votre chirurgie et à votre retour à la maison.

Trouvez une personne disponible à ces deux moments.

<input type="checkbox"/> Vous avez une chirurgie d'un jour	<input type="checkbox"/> Vous avez une chirurgie avec hospitalisation
<ul style="list-style-type: none">• Vous retournez à la maison la journée-même de votre chirurgie.• Le retour à la maison ne doit être plus de 1h de route.• Si le retour à la maison est plus de 1h de route, informez votre infirmière lors de votre rencontre ou appel téléphonique.<ul style="list-style-type: none">○ Il est sécuritaire d'être plus près de l'hôpital.○ Validez quelles sont les options possibles pour vous : un proche, une nuit à l'hôtel, etc.	<ul style="list-style-type: none">• Vous resterez à l'hôpital pour la nuit.• C'est votre médecin qui décidera de la durée de votre hospitalisation.

Prévoyez de l'aide à la maison

- Pour vous aider dans les tâches quotidiennes à la maison, demandez à vos proches, vos amis ou vos membres de la famille de venir vous aider à la maison.
- Par exemple : Faire le ménage, l'époussetage, une brassée de lavage, l'épicerie, sortir les sacs d'ordures, tondre le gazon, pelleter l'entrée et les marches.

Aménagez votre maison

- Pensez à dégager les espaces de circulation.
- Prévoyez une table de chevet près de votre lit et de votre fauteuil de repos. Vous pourrez y déposer les choses dont vous aurez besoin.
- Rangez les tapis.
- Procurez-vous un tapis de bain antidérapant.

Préparez des provisions

- Assurez-vous d'avoir assez de nourriture à la maison. Préparez des repas à l'avance et faites-les congeler.
- Prévoyez de l'acétaminophène (Tyléno^{MD}) pour soulager votre douleur après la chirurgie.
- Sortez votre thermomètre. Il sera utile pour vérifier si vous faites de la fièvre après votre chirurgie.

IMPORTANT

Utilisez l'aide-mémoire à la fin de ce guide « Préparation à ma chirurgie ».

À l'hôpital

Comment se passe votre accueil le jour de votre chirurgie ?

Lorsque vous serez arrivés à l'unité de la **Chirurgie d'un jour** :

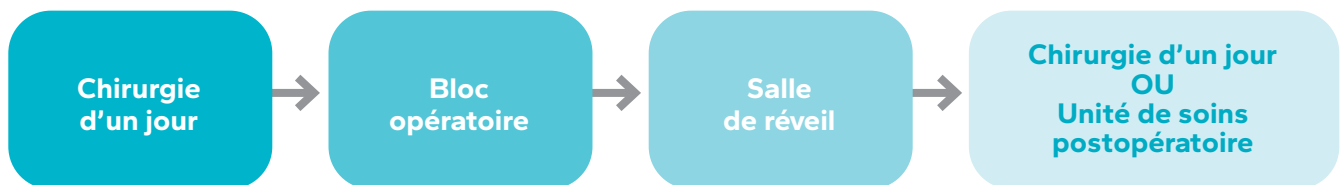
- Une infirmière sera avec vous pour répondre à vos questions et vous préparera pour votre chirurgie.
- Vous devez enlever tous vos vêtements, prothèses dentaires, lunettes ou verres de contact ainsi que vos sous-vêtements. Vous portez uniquement une jaquette d'hôpital.
Informez l'infirmière si vous avez des appareils auditifs.

Avant votre chirurgie, vous rencontrez **l'anesthésiologiste** :

- L'anesthésiologiste est le médecin qui donne la médication pour enlever la douleur pendant la chirurgie.
- Il peut aussi vous endormir pendant la chirurgie.
- Il vous expliquera ce qui sera mieux pour vous et votre chirurgie.

Comment se passe votre départ pour la salle d'opération ?

- Un membre du personnel vous accompagnera jusqu'au bloc opératoire où vous serez accueilli par un membre de l'équipe de soins.
- Vous serez conduit à la salle d'opération.
- **Aucun proche ne pourra vous accompagner à cette étape. L'accès est très limité en salle d'opération.**



Que se passe-t-il après votre chirurgie ?

Après votre chirurgie vous serez transféré en salle de réveil.

Aucun proche ne peut vous accompagner à cette étape.

L'accès est très limité en salle de réveil.

Selon votre chirurgie, vous pouvez avoir :

- Un soluté (perfusion intraveineuse)
- Des pansements
- Des drains
- Une sonde urinaire (tube dans la vessie)
- De l'oxygène dans votre nez

L'infirmière évaluera :

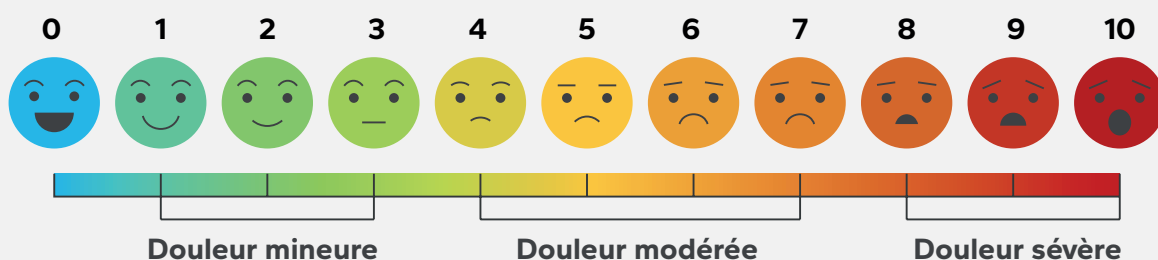
- Votre état général
- Vos signes vitaux
- Votre douleur



Préparation à la maison

Il est normal d'avoir de la douleur après votre chirurgie. La douleur est plus forte dans les premiers jours et diminue peu à peu par la suite. Vous recevrez de la médication pour soulager votre douleur. Utilisez cette échelle pour décrire votre douleur.

La valeur «0» signifie aucune douleur et «10» la pire douleur.



L'infirmière vous dira quand vous pouvez quitter la salle de réveil. Vous serez dirigé :

☐ En **chirurgie d'un jour** pour le retour à la maison le jour même



☐ Sur une **unité de soins** pour un séjour à l'hôpital.

Comment se passe votre premier lever après la chirurgie?

L'infirmière vous aidera à faire votre premier lever du lit. Cette mobilisation est faite rapidement après la chirurgie pour éviter les problèmes et pour aider à vous rétablir.



Préparation à la maison

Ma chirurgie :



- ✓ Le jour de votre chirurgie est le (aaaa/mm/jj) :
- ✓ L'heure de votre chirurgie est à (hh:mm) :
- ✓ Vous devez vous présenter à l'hôpital à (hh:mm) :
- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Hôpital du St-Sacrement (HSS) | <input type="checkbox"/> Centre Universitaire d'Ophtalmologie (CUO) |
| <input type="checkbox"/> Hôpital St-François d'Assise (HSFA) | <input type="checkbox"/> Hôpital de l'Enfant-Jésus (HEJ) |
| <input type="checkbox"/> Hôtel-Dieu de Québec (HDQ) | <input type="checkbox"/> Centre Hospitalier Université Laval (CHUL) |
- ✓ Vous devez faire des **examens ou prélèvements le matin** de votre chirurgie ? ☐ Oui ☐ Non
- Où vous rendre :
- ✓ Vous devez vous rendre au **bureau de l'admission** ? ☐ Oui ☐ Non
- Comment vous rendre :
- ✓ Vous devez vous rendre au département de la **Chirurgie d'un jour** ? ☐ Oui ☐ Non
- Comment vous rendre :

Consignes pour les médicaments

Inscrivez les consignes de l'infirmière

Médicament(s) à ne pas prendre pendant _____
jours

Médicament(s) à ne pas prendre le matin de la
chirurgie

Ne pas prendre les produits naturels non prescrits par
un médecin 14 jours avant la chirurgie.

Consignes pour se préparer la veille de votre chirurgie

- ☐ Enlevez tous maquillage, rallonges capillaires, faux cils, parfum, ongles artificiels et vernis à ongles aux doigts et aux orteils.
- ☐ Enlevez tous vos bijoux, chaînes, boucles d'oreilles, bagues et « piercing ».
- ☐ Faites votre bain pour la chirurgie.
[Douche ou bain préopératoire | CHU de Québec-Université Laval \(chudequebec.ca\)](http://chudequebec.ca)¹
- ☐ Respectez le jeûne pour la chirurgie.
[Jeûne préopératoire | CHU de Québec-Université Laval \(chudequebec.ca\)](http://chudequebec.ca)²
- ☐ Lisez le document : [Consentement aux prélèvements sanguins pour sérologie avant une chirurgie | CHU de Québec-Université Laval \(chudequebec.ca\)](http://chudequebec.ca)³

1



2



3



Que devez-vous apporter à l'hôpital le jour de la chirurgie?



Assurez-vous d'avoir vos effets personnels prêt dans un sac identifié à votre nom.

Apporter le strict minimum pour éviter de perdre vos effets personnels.

- ☐ Vos cartes à jour d'assurance maladie et d'hôpital.
- ☐ Les guides d'enseignements qui vous ont été remis s'il y a lieu.
- ☐ Médicaments : apporter votre médication en pompe sous ordonnance ou autres selon les directives que nous vous aurons données.
- ☐ Appareil d'apnée du sommeil PPC (CPAP) et prescription des paramètres
- ☐ Documents : formulaire d'assurance s'il y a lieu, liste à jour de vos médicaments, films ou CD des examens diagnostiques que vous avez passés en lien avec votre chirurgie.
- ☐ Vêtements : amples et confortables pour votre hospitalisation et votre retour à la maison.
- Objets personnels (identifiés à votre nom):
 - ☐ Accessoire de marche s'il y a lieu (canne, béquille, marchette, etc.)
 - ☐ Attelle, corset ou autre
 - ☐ Appareil personnel s'il y a lieu
 - ☐ Appareil auditif et étui
 - ☐ Bas support
 - ☐ Chaussures sécuritaires
 - ☐ Contenant à prothèses dentaires
 - ☐ Lunettes et étui
 - ☐ Serviettes sanitaires au besoin
 - ☐ Verres de contact, contenant, solution
- Si vous devez dormir à l'hôpital suite à votre chirurgie voici d'autres objets personnels à apporter dans une petite valise :
 - ☐ Brosse à dents / dentifrice
 - ☐ Savon
 - ☐ Mouchoirs de papier
 - ☐ Calepin / crayons
 - ☐ Rasoir / crème à raser
 - ☐ Bouchons d'oreilles anti-bruit au besoin
- Si possible, demandez à un proche d'apporter vos objets seulement après votre chirurgie lorsque vous serez rendu dans votre chambre sur l'unité de chirurgie.

Le CHU de Québec-Université Laval n'est pas responsable de l'argent et des objets de valeur que vous gardez en votre possession pendant votre hospitalisation. Il faut éviter d'apporter de grosses sommes d'argent, des bijoux ou tout autre objet de valeur.



Il importe de noter que ce guide émet des recommandations conformes aux informations scientifiques disponibles au moment de sa publication. Toutefois, ces recommandations n'ont aucunement pour effet de remplacer le jugement d'un clinicien. Si vous avez des questions, nous vous invitons à communiquer avec l'équipe de professionnels de la santé qui vous soutiendra. Si, d'une façon ou d'une autre, vous faites une mauvaise utilisation de l'information contenue dans ce document, le CHU de Québec-Université Laval ne pourra être tenu responsable de dommages de quelque nature que ce soit à cet égard.

Engagement pour une meilleure récupération

Vous aurez bientôt une chirurgie ; **voici comment devenir partenaire dans les différentes étapes de votre plan de soins et accélérer votre guérison.**

Lorsque vous recevez des soins au CHU, **vous vous engagez à :**

- planifier votre retour à la maison dès le moment où vous êtes informé de votre hospitalisation ;
- participer activement à vos soins.

Toute l'équipe de soins sera là pour vous soutenir tout au long de votre convalescence.



Planifiez votre départ de l'hôpital

Votre infirmière vous demandera les renseignements suivants dès votre arrivée à l'unité de soins :

Endroit où j'irai au moment de mon départ : _____

La personne qui viendra me chercher avant 11h : (heure de départ prévue, nom et coordonnées) _____

Moyen(s) de transport prévu(s) : _____

Engagez-vous pour participer activement à vos soins

- ☒ **Manger vos 3 repas au fauteuil** vous donnera une occasion supplémentaire d'être actif.
- ☒ **Marcher dans le corridor au moins 3 fois/jour.** Cela augmentera votre force et diminuera les risques de complications après votre opération.
- ☒ **Participer aux enseignements et aux soins donnés** par les infirmières permettra d'être confiant pour réaliser vos soins à domicile. (exemples : prendre des notes, poser des questions, faire les soins enseignés)



N'hésitez pas à poser des questions à l'équipe de soins afin d'améliorer votre compréhension de votre état de santé.

Référez-vous aussi au guide d'enseignement qui vous a été remis et ayez-le en main le jour de votre chirurgie. Voici quelques exemples de questions :

1. **Qu'est-ce que je comprends** de mon problème de santé et de ma chirurgie ?
2. **Qu'est-ce que je peux faire** pour participer à ma récupération ?
3. **Pourquoi** est-il important que **je participe à mes soins** ?
4. **Quels sont mes objectifs** après la convalescence ?

N'hésitez pas à impliquer vos proches en discutant avec l'infirmière des différentes façons dont ils et elles peuvent contribuer à votre rétablissement.

Vous êtes une part importante de votre rétablissement !