



# Guide d'enseignement

## Chirurgie

## Chirurgie d'un jour Informations générales après la chirurgie

Vous avez eu récemment une chirurgie. Votre participation à vos soins est nécessaire pour votre guérison. Vous trouverez dans ce guide les informations importantes pour votre retour à la maison.

Vous ne retrouverez pas les informations spécifiques à votre chirurgie dans ce guide. S'il y a un document qui explique votre chirurgie en particulier nous vous aviserons. Vous pourrez alors consulter l'information spécifique qui concerne votre chirurgie.

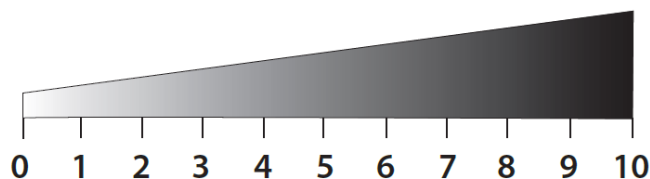
## Qu'est-ce qui se passe après votre chirurgie?

- Lorsque la chirurgie sera terminée, vous serez conduit en salle de réveil.
- Selon votre chirurgie, vous pourriez avoir :
  - Un ou des soluté(s).
  - Un ou des pansement(s).
  - Un ou des drain(s).
  - Une sonde urinaire.
  - De l'oxygène.
  - Etc.
- Votre infirmière :
  - Surveillera votre état et s'assurera du soulagement de votre douleur.
  - Vous accompagnera pour votre premier levé.
  - Vous informera du moment où vous pourrez quitter pour votre domicile.
  - Vous donnera les recommandations post-opératoires pour votre retour à la maison.

## Qu'est-ce qui se passe si vous avez de la douleur?

- Il est normal d'avoir de la douleur après votre chirurgie. Elle est plus forte dans les premières 24 à 48 heures et diminue peu à peu par la suite. L'équipe soignante est là pour vous soulager.
- Si la chirurgie est faite par laparoscopie (petites incisions), vous pourrez vous sentir gonflé et avoir de la douleur aux épaules.
- L'infirmière évaluera votre douleur tout au long de votre séjour à l'hôpital. Elle vous questionnera à l'aide d'une échelle de 0 à 10.
- La valeur « 0 » signifie aucune douleur et « 10 » la pire douleur.

Exemple d'une échelle de douleur de 0 à 10 :



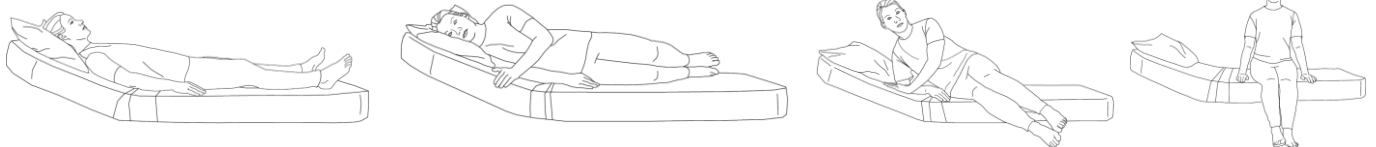
Il est important de soulager votre douleur. Cela vous aide à récupérer plus rapidement et prévient les complications. Lorsque votre douleur est soulagée, vous pouvez bouger et circuler plus facilement, mieux respirer, mieux dormir et mieux manger.

De la médication pour soulager votre douleur vous sera administrée, selon votre chirurgie et l'évaluation de votre état.

## Comment se passe votre premier lever après la chirurgie?

Le premier levé est fait rapidement avec l'aide de votre infirmière.

- Approchez-vous du bord du lit.
- Pliez les genoux.
- Tournez-vous sur le côté.
- Glissez les jambes hors du lit.
- Poussez sur le matelas avec une main pour vous soulever.
- En position assise, posez les pieds sur le plancher.
- Levez-vous avec l'aide des intervenants au besoin.



## Départ de l'hôpital

### Comment se planifie votre départ de l'hôpital?

- Le personnel soignant vous avisera de l'heure de votre départ.
- Assurez-vous d'avoir une personne pour vous raccompagner à la maison et pour rester avec vous pendant les premières 24 heures suivant votre départ.
- Le retour à la maison ne doit idéalement pas dépasser une heure de route. Si c'est le cas, il serait souhaitable de passer la première nuit près de l'hôpital (chez un proche ou à l'hôtel). Si vous avez plus d'une heure de route entre l'hôpital et votre domicile, vous devez le mentionner à l'infirmière lors de votre rencontre ou appel téléphonique.
- Avisez à l'avance votre famille ou votre accompagnateur du moment de votre sortie.
- Vous êtes responsable d'organiser votre transport et votre retour à la maison.
- Avant de quitter l'hôpital, assurez-vous d'avoir :
  - Vos cartes d'assurance maladie et d'hôpital.
  - Les prescriptions médicales.
  - Vos médicaments personnels, s'il y a lieu.
  - Les consignes concernant votre prochain rendez-vous avec votre médecin.

### Quand pouvez-vous recommencer à conduire?

Si vous avez eu une anesthésie générale (endormi) ou si vous avez reçu une analgésie dans les veines :

Vous pouvez conduire votre auto 24 heures après la chirurgie si :

- Vous n'avez pas de douleur.
- ET
- Vous ne prenez plus d'analgésique pouvant causer de la somnolence.

\*Attention : Vous devez respecter les recommandations du médecin s'il vous avise d'un moment spécifique pour recommencer à conduire. Certaines conditions exigent l'autorisation du chirurgien avant de reprendre la conduite de l'auto (ex. : médication pour la douleur, chirurgie de l'œil, chirurgie orthopédique, présence d'un plâtre, etc.).

## Que devez-vous savoir pour votre retour à domicile?

### Soulagement de la douleur

Suivez les consignes de l'équipe soignante.

- Vous pouvez, au besoin, prendre des médicaments (analgésiques) pour soulager la douleur si votre chirurgien le prescrit.
- Si vous n'avez pas de prescription, vous pouvez prendre de l'Acétaminophène (Tylenol<sup>MD</sup>).
- Éviter de prendre les formes d'aspirine ou d'ibuprofène (Advil<sup>MD</sup>, Motrin<sup>MD</sup>, ASA<sup>MD</sup>), sauf si votre chirurgien le prescrit.

## **Comment pouvez-vous prévenir la constipation qui peut être causée par certains médicaments utilisés pour soulager la douleur?**

- Buvez beaucoup d'eau (6-8 verres par jour).
- Mangez des fruits, des légumes et des céréales à grains entiers.
- Consommez des boissons chaudes, bouillon, soupe, tisane, thé faible pour aider à stimuler votre intestin.
- Prenez des repas et des collations à des heures régulières.
- Faites un exercice léger (marche après le repas) à moins d'avis contraire de votre chirurgien.

### **Plaie et pansement**

Pour les soins de plaie ou de pansement : Suivez les consignes du guide d'enseignement sur votre chirurgie ou de votre infirmière.

Pour une période de 12 mois, évitez que votre plaie chirurgicale soit au soleil.

### **Hygiène**

Suivez les consignes de votre chirurgien et du guide d'enseignement sur votre chirurgie.

### **Activités physiques**

- Reprenez vos activités graduellement.
- Ne soyez pas inactif, mais respectez vos limites.
- Plusieurs petites périodes d'activités sont préférables à une seule longue.
- Respectez les consignes de votre chirurgien ou du guide d'enseignement de votre chirurgie.
- Votre médecin vous indiquera quand vous pourrez retourner au travail.

## ! Quelles sont les complications à surveiller lorsque vous êtes de retour à domicile?

Appelez INFO-SANTÉ (composez le 811) ou présentez-vous à l'urgence\* si :

- Douleur qui augmente même avec les médicaments.
- Signes d'infection de votre plaie tels que :
  - Rougeur qui semble augmenter;
  - Gonflement;
  - Écoulement de pus;
  - Douleur;
  - Chaleur.
- Fièvre Température prise dans la bouche :
  - Adulte âgé de moins de 65 ans = 38,5°C et plus (ou 101,3°F et plus).
  - Adulte âgé de 65 ans et plus = 37,8°C et plus (98,6°F et plus).
- Présence de beaucoup de sang sur vos pansements.
- Incapable de boire ou de manger.
- Vomissements.
- Sensation de brûlure en urinant.
- Difficulté ou incapacité à uriner.
- Constipation malgré l'application des conseils à cet effet dans ce document.
- Enflure ou douleur à un mollet qui augmente à la marche.
- Essoufflement (souffle court).
- Douleur au thorax.
- Autres signes et symptômes de votre guide d'enseignement spécifique à votre chirurgie s'il y a lieu.
- Autres signes et symptômes précisés par l'équipe soignante.

**\*En cas d'urgence, composez le 911**

### Recommandations au départ :

- Prochain rendez-vous avec le médecin : \_\_\_\_\_
- Pansement : \_\_\_\_\_
- Points de suture / agrafes : \_\_\_\_\_
- Bain : \_\_\_\_\_  Douche : \_\_\_\_\_
- Reprise des activités : \_\_\_\_\_
- Retour au travail : \_\_\_\_\_

## Si vous avez besoin de joindre une infirmière de la chirurgie d'un jour (CDJ), voici les numéros :

CHUL	418 654-2120
Centre Universitaire de l'œil (CUO)	418 682-7511 poste 82389
Hôpital de l'Enfant-Jésus	418 649-5836
Hôpital du Saint-Sacrement	418 682-7614
Hôpital Saint-François d'Assise	418 525-4444 poste 54341
L'Hôtel-Dieu de Québec	418 691-5324

## Notes personnelles :

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

Ce guide émet des recommandations conformes aux informations scientifiques disponibles au moment de sa parution, soit le 17 décembre 2018. 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 votre professionnel de la santé. Si d'une façon ou d'une autre vous faisiez une mauvaise utilisation de l'information contenue dans ce document, le CHU de Québec ne pourra être tenu responsable des dommages de quelque nature que ce soit à cet égard.



### Droits d'auteur

Aucune reproduction complète ou partielle de ce document n'est permise sans l'autorisation écrite du CHU de Québec-Université Laval et autre(s) au besoin. © CHU de Québec ou autre(s) au besoin, 2018. Toutefois, vous pouvez l'imprimer et l'utiliser pour un usage professionnel.