

Ce que vous devez savoir ...

OPÉRATION AU GENOU | OSTÉOTOMIE DE LA TUBÉROSITÉ TIBIALE ANTÉRIEURE

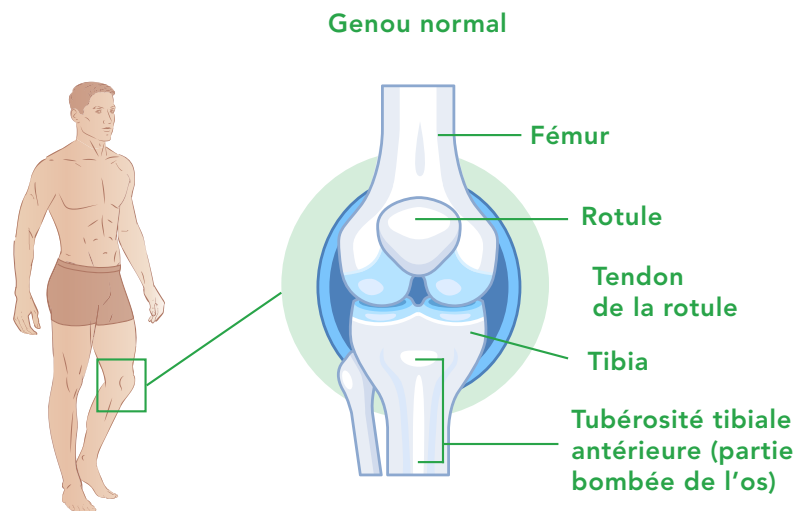
Vous allez bientôt être opéré au genou. Cette fiche vous explique l'opération et ce que vous devrez faire ensuite pour bien récupérer.

Pourquoi dois-je avoir cette opération ?

La rotule (patella) est un petit os situé à l'avant du genou. Il arrive qu'elle ne soit pas bien alignée par rapport au fémur : trop haute ou trop vers l'extérieur quand la jambe est droite.

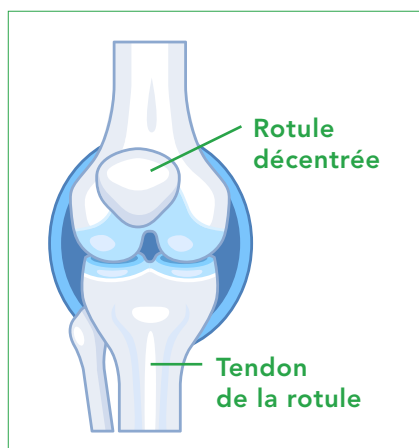
Cela peut rendre la rotule instable. Avec le temps, des douleurs et de l'arthrose (dégradation du cartilage) peuvent s'installer.

L'opération permet de placer la rotule dans une meilleure position, et parfois de réduire les douleurs au genou. Elle se fait aussi dans les cas où la rotule s'est déboîtée.

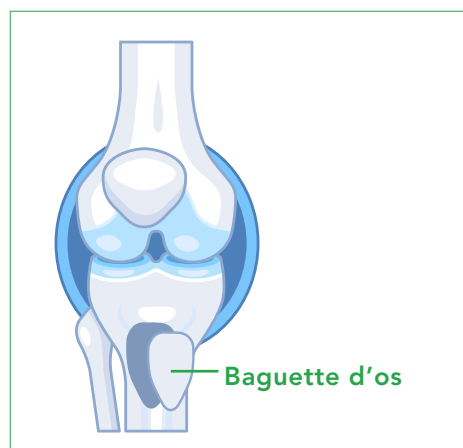


En quoi consiste l'opération ?

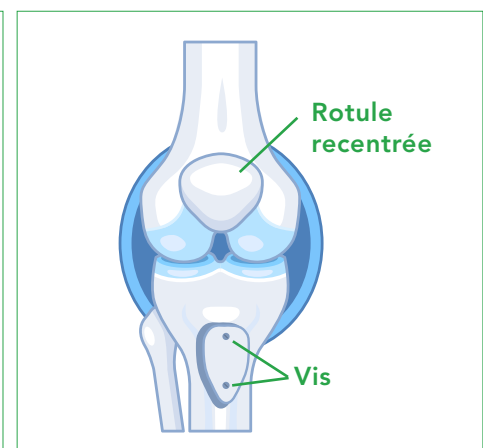
Cette opération est fréquemment effectuée avec une reconstitution du ligament patello-fémoral médial afin de stabiliser la rotule. Il s'agit de déplacer un peu l'attache du tendon de la rotule sur le tibia. Cela se fait en 2 étapes.



Avant l'opération



1. Baguette d'os d'environ 6 centimètres est d'abord coupée et détachée du tibia. À son bout est attaché au tendon de la rotule.



2. La baguette est déplacée et refixée à l'aide de vis à une bonne position, pour que la rotule soit centrée.

Est-ce qu'il y a des complications possibles ?

Voici les principaux inconvénients. Ils sont toutefois passagers :

- de la douleur
- une période de récupération d'environ 2 mois, pendant laquelle vous ne pourrez pas marcher normalement, le temps que l'os guérisse

Les complications liées à l'opération sont rares.

Il peut avoir une fracture ou un déplacement de la baguette d'os. Pour éviter que cela se produise, vous devez respecter toutes les consignes de l'équipe de soins (ne pas mettre de poids trop vite après l'opération).

Combien de temps faut-il prévoir pour l'opération ?

L'opération elle-même dure environ une heure. Toutefois, vous resterez une journée à l'hôpital.

Comment dois-je me préparer ?

Médicaments

Certains médicaments ne doivent pas être pris dans les jours avant l'opération, par exemple :

- les anticoagulants (qui rendent le sang plus fluide)
- les anti-inflammatoires comme l'ibuprofène (ex. : Advil, Motrin)

L'équipe de soins vous dira quels médicaments arrêter et à quel moment. Elle vous donnera aussi d'autres consignes à suivre pour le jour de l'opération.

Tabac

Fumer augmente le risque d'infection après l'opération et, surtout, retarde la guérison de l'os. Il est donc fortement recommandé d'arrêter de fumer au moins une semaine avant l'opération et pendant 2 mois après. Consultez votre médecin pour avoir de l'aide.

Rasage

La jambe à opérer sera en partie rasée pour l'opération. Ne la rasez pas vous-même. Cela augmenterait le risque d'infection.

Béquilles

Le jour de l'opération, apportez des béquilles à l'hôpital. Réglez-les à votre taille.

Quoi faire pour soulager la douleur et l'enflure APRÈS l'opération ?

Voici quelques conseils:

- Prendre de l'acétaminophène (ex. : Tylenol) chaque jour pendant les premières semaines. Prenez 2 comprimés de 500 mg toutes les 6 heures. L'important est de ne pas dépasser un total de 4 000 mg (8 comprimés) par 24 heures. D'habitude, après les 2 premières semaines, la douleur a beaucoup diminué.
- Mettre de la glace sur le genou. On peut utiliser un sac rempli de glace ou de neige (ou un sac de petits pois congelés) pendant 15 minutes (maximum) à toutes les heures, au besoin. Mettre une serviette humide entre le sac et la peau.



Les opioïdes, comme l'hydromorphone (Dilaudid), l'oxycodone (Supeudol) ou la morphine (Statex), doivent être pris seulement si la douleur n'est pas bien contrôlée par les autres moyens.

Si vous devez en prendre, voici ce qu'on recommande: au cours des premiers jours, prenez-les régulièrement, de la manière prescrite. Puis, espacez-les peu à peu jusqu'à en prendre seulement au besoin.

Quelles sont les précautions à prendre APRÈS l'opération ?

Plaies

Un pansement recouvre vos plaies. Si c'est un pansement adhésif (comme sur la photo), laissez-le en place jusqu'à ce que vos agrafes ou points de suture soient retirés. Comme il est étanche, vous pouvez prendre une douche sans frotter autour du pansement et en respectant les restrictions de l'équipe de soins.



Agrafes ou points de suture

Suivez les instructions qui vous ont été données pour leur retrait. Celui-ci se fait au CLSC ou au lors de votre rendez-vous de suivi.



Bain et piscine

Ne prenez pas de bain et n'allez pas à la piscine tant que les plaies ne sont pas guéries. Cela veut dire en général 4 semaines après l'opération.

Marche et exercices

Suivez les instructions de l'équipe de physiothérapie. Suivez votre plan traitement.

Conduite automobile

Vous pourrez habituellement reprendre le volant après 6 semaines. Le médecin qui vous a opéré pourra confirmer le délai à respecter.

Quels symptômes surveiller ?

- Votre température est plus élevée que 38 °C (100,4 °F) pendant plus de 24 heures
- Du liquide coule sans cesse de la plaie
- La plaie devient de plus en plus rouge
- Les médicaments ne soulagent pas la douleur
- La jambe opérée est engourdie

BESOIN D'INFORMATION? QUESTIONS?

Communiquez avec votre professionnel de la santé durant les heures d'ouverture.

Nom: _____

Tél. : _____

Appelez en tout temps Info-Santé ou Info-Social au 8-1-1.

