

Ce que vous devez savoir ...

PROTHÈSE TOTALE DE GENOU | SE PRÉPARER À L'OPÉRATION

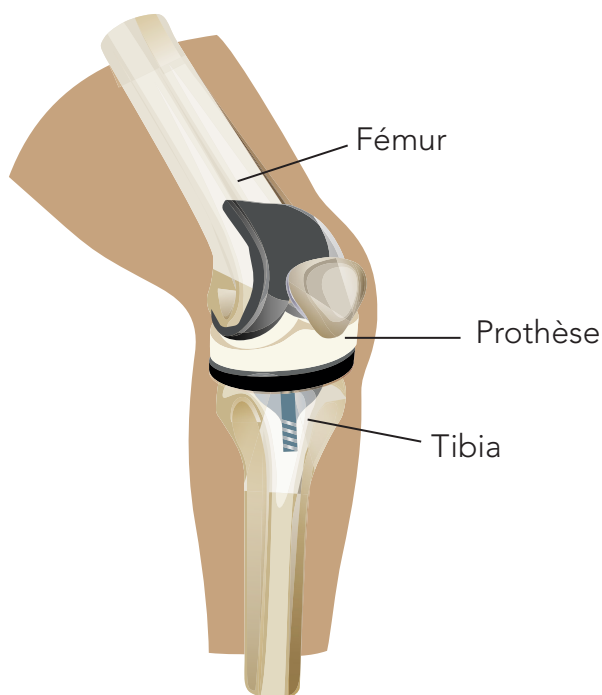
Vous allez bientôt être opéré au genou.
Cette fiche vous explique l'opération et ce que vous devez faire pour vous y préparer.

Pourquoi devez-vous avoir cette opération?

En général, on fait cette opération pour corriger l'usure des os (arthrose). Cela soulage la douleur et permet au genou de bouger plus facilement.

En quoi consiste-t-elle?

On remplace l'articulation par une prothèse faite de plastique et de métal. La prothèse est fixée au fémur, au tibia et parfois aussi à la rotule.



Y a-t-il des complications possibles?

La plus courante est la formation d'un caillot de sang dans une veine de la jambe (thrombophlébite). Il peut arriver que le caillot se détache pour aller se loger dans les poumons (embolie). Cette situation doit être traitée d'urgence.

- Les autres complications possibles sont :
- raideur au genou (ankylose)
- infection
- saignement important
- accumulation de sang dans les tissus

Dans les heures suivant l'opération, vous devrez vous lever du lit et vous asseoir au fauteuil avec de l'aide. Cela permet d'éviter certaines complications et de récupérer plus

Combien de temps resterez-vous à l'hôpital?

L'opération elle-même dure environ 2 heures. Toutefois, le processus complet (préparation, opération, réveil, etc.) dure de 4 à 5 heures.

Comment devez-vous vous préparer à cette intervention?

Voici les consignes à suivre.

ÉQUIPEMENT

Vous devez vous procurer certains accessoires avant l'opération. Les articles obligatoires et recommandés se trouvent dans l'Annexe 1, page 3.

ALIMENTATION

Buvez des boissons sucrées à partir de 18 h la veille et jusqu'à 2 heures avant l'opération (ex. : thé glacé, jus de pomme ou de canneberge).

Cessez de manger des aliments solides à partir de minuit la veille.

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.

TABAC

Fumer augmente le risque d'infection et retarde la guérison. Il est donc fortement recommandé d'arrêter de fumer au moins 30 jours avant l'opération et pendant deux mois après.

RASAGE

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

ADAPTATION DU DOMICILE

Il est conseillé d'adapter votre logement pour le rendre plus sécuritaire.

Le contenu de cette fiche ne remplace d'aucune façon les recommandations, prescriptions et avis de votre professionnel de la santé.

Quand pourrez-vous reprendre vos activités après l'opération?

Vous devrez attendre quelques semaines avant de retourner au travail, de conduire un véhicule ou de faire du sport. Votre médecin devra l'autoriser à votre rendez-vous de suivi (6 à 8 semaines après l'opération).

Voici un aperçu des délais :

- Retour au travail : 6 à 12 semaines (selon le type d'emploi)
- Conduite automobile : 4 à 6 semaines
- Sport : au moins 12 semaines

Que devrez-vous faire pour soulager la douleur APRÈS l'opération?

Avant l'opération, il se peut qu'on vous installe un petit tube sous la peau de la cuisse (bloc nerveux continu). Il permet de vous administrer un médicament contre la douleur (analgésique) en continu. Le tube restera en place 1 à 2 jours après l'opération.

Ne laissez pas votre douleur dépasser un niveau de 4 sur 10 (10 étant la pire douleur imaginable). En effet, plus une douleur est forte, plus il est difficile de la soulager.

Si vous avez mal, n'hésitez pas à demander des antidouleurs à votre équipe de soins.

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.

Annexe 1: Équipement à se procurer

Après votre opération, certains accessoires peuvent prévenir les complications et réduire la douleur. Voici les articles à se procurer.

OBLIGATOIRE: vous devez vous procurer ce matériel AVANT l'opération

- Canne
- Marchette à roulettes et skis



(La marchette est parfois prêtée par votre CLSC. On en trouve aussi dans les magasins d'équipement médical et dans certaines pharmacies.)

Attention: Le déambulateur est à éviter complètement.



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
du Centre-Sud-
de-l'Île-de-Montréal

Québec

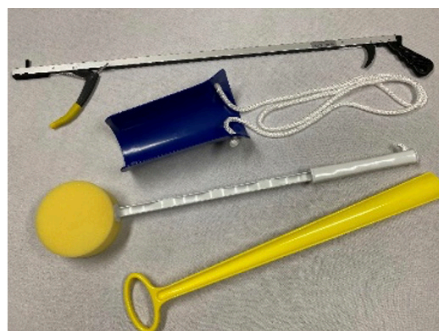
PLUS FORT
AVEC VOUS

RECOMMANDÉ: prévoyez l'achat des articles suivants avant votre congé :

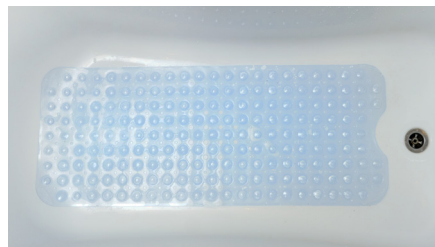
- Siège de toilette surélevé



- Brosse ou éponge à long manche
- Enfile-bas
- Pince à long manche
- Chausse-pied à long manche



- Tapis antidérapant pour le bain



- Chaussures ou pantoufles antidérapantes avec un talon de 2 cm maximum et qui couvrent tout le pied

