

Chirurgies diverses Dr Grondin (www.drgrondin.com)

Toutes les durées mentionnées sont calculées à partir du jour de l'opération. MEC = mise en charge selon la tolérance (mise en charge totale autorisée sur la jambe). Pas de MEC signifie qu'aucun poids ne doit être appliqué sur la jambe, mais que le poids de la jambe elle-même peut reposer sur le sol.

Vous devez être **accompagné** pendant les 24 premières heures suivant l'opération, car les analgésiques vous rendront somnolent et vous empêcheront d'être totalement autonome.

La glace ou les compresses de gel commerciales que l'on peut mettre au congélateur sont très utiles pour contrôler l'enflure et la douleur après l'opération.

Appelez le **centre postopératoire au 514 890 8086** ou Info-santé (811) ou votre CLSC local si : vous avez une température supérieure à 38 °C pendant plus de 24 heures, si une rougeur apparaît autour de la plaie (il est normal que tout le membre soit coloré en rose par l'antiseptique utilisé, mais il est anormal qu'une zone rouge plus profonde et douloureuse apparaisse autour de l'incision), si la plaie suinte au-delà des premières 24 à 48 heures, si la douleur qui ne peut être soulagée par l'élévation et les médicaments persiste, et si une douleur constante (et non seulement occasionnelle) au mollet persiste au-delà des premières 48 heures.

La **physiothérapie** organisée, si elle est prescrite, commence 3 à 10 jours après l'opération, mais appelez immédiatement pour réserver votre place. (514 890 8301) (point-de-chute.chum@ssss.gouv.qc.ca)

Vous recevrez un **rendez-vous** avec votre chirurgien entre 2 et 21 jours après l'opération (514 890 8051) afin de s'assurer que votre rétablissement se déroule bien. Au CHUM, les retards sont fréquents, mais présentez-vous à l'heure pour vous enregistrer. Une fois inscrit, vous n'avez pas à vous inquiéter si vous devez vous absenter pendant 20 à 30 minutes pour aller manger ou payer le parcimètre, vous ne perdrez pas votre place dans la file d'attente. Dans le pire des cas, vous perdrez 20 à 30 minutes si nous vous appelons pendant votre absence. Prévoyez de passer 1 à 4 heures au CHUM (la durée varie) à chaque visite.

Prothèse totale et inversée de l'épaule

Gardez le pansement en place et au sec jusqu'au rendez-vous prévu deux semaines plus tard. Une fois que l'effet du bloc interscalénique s'est dissipé, vous pouvez retirer l'écharpe et bouger le coude à votre guise. Pendant un mois, ne bougez pas activement l'épaule loin du corps (pas plus de 30 degrés). Vous pouvez taper à l'ordinateur et manger avec le membre opéré, mais ne faites rien avec le bras éloigné du corps, comme vous coiffer ou ranger la vaisselle dans le placard, pendant un mois. Le renforcement commence au bout de deux mois, mais il est limité à 10 livres (environ 4,5 kg) loin du corps pour le reste de votre vie.

Réparation de la racine méniscale.

Gardez le pansement en place et au sec pendant 2 semaines (jusqu'à la première visite). Pas de MEC pour 6 semaines. Les mouvements passifs et actifs du genou/cheville sont encouragés. La flexion du genou est maintenue à moins de 90 degrés pendant 6 semaines. Toute torsion du genou lors de la mise en charge est évitée pendant 4 mois et tous les sports de pivotement sont évités pendant 6 mois.

Ostéotomie tibiale valgisante

Gardez le pansement en place et au sec pendant 2 semaines (jusqu'à la première visite). Prenez de l'aspirine (80 mg deux fois par jour) pendant 2 semaines pour prévenir la formation de caillots sanguins. Pas de MEC pour 4 à 6 semaines. Les mouvements actifs et passifs du genou/de la cheville sont encouragés. Les activités de renforcement/physiques sont généralement autorisées après 3 mois, mais il faut souvent plus de 4 mois pour les tolérer aisément.