

# Récupération Rapide Après

## Chirurgie

Votre intervention est maintenant programmée.

Votre chirurgien vous propose de bénéficier du programme de **récupération rapide après chirurgie**. Il consiste à réduire au maximum les effets délétères de l'intervention chirurgicale afin de vous permettre de récupérer au plus vite vos capacités. Chaque étape de la prise en charge, chaque soin est optimisé et organisé autour de l'opéré, les soins sont personnalisés.

La prise en charge ne se limite pas à l'hospitalisation, une préparation en amont et un suivi en aval seront réalisés.

## La préparation

Vous arrivez dans les meilleures conditions possibles pour votre chirurgie :

La préparation physique sera accompagnée par **des séances de kinésithérapie pré opératoires** (5 séances remboursées par la sécurité sociale).

Vous aurez un entretien avec l'**assistante sociale de la clinique lors de votre consultation avec le chirurgien**, elle envisagera avec vous les conditions de votre retour à domicile (Nécessité d'aide, convalescence en soins de suite...). Vous pouvez la contacter au 08 26 30 55 00 poste 5670.

Vous aurez un entretien avec une infirmière du service orthopédie lors de votre consultation avec l'anesthésiste. Elle vous apportera toutes les informations nécessaires pour préparer votre intervention. Elle vous expliquera le déroulement de votre hospitalisation et répondra à vos questions.

Une consultation gratuite avec une diététicienne peut vous être proposée.

# A amener à la clinique

## Pour être confortable et à l'aise lors de vos mobilisations à la clinique, prévoyez :

- ⇒ Des chaussures anti dérapantes avec les talons tenus
- ⇒ Des vêtements fluides et amples

## Ne pas oublier d'amener :

- ⇒ Les documents fournis pour l'hospitalisation
- Les consentements éclairés datés et signés
- La désignation de la personne de confiance
- Les résultats des examens sanguins, carte de groupe sanguin, radio pré opératoires
- ⇒ La paire de cannes anglaises et les bas à varices selon la prescription du médecin
- ⇒ L'ordonnance de votre médecin traitant de vos traitements habituels
- ⇒ Pour les prothèses **de genou** uniquement, l'attelle Igloo prescrite par le médecin et remboursée en quasi-totalité par la sécurité sociale. A votre arrivée à la clinique, cette attelle doit être remise à l'infirmière.

## Si vous êtes hospitalisé le jour de votre intervention :

- ⇒ Vous serez appelé la veille de l'intervention par une infirmière, pour vous donner l'heure d'entrée à la clinique et répondre à vos ultimes questions.

# Pendant l'hospitalisation

## Jeun Préopératoire

Vous pouvez prendre **une boisson sucrée** sans pulpe et non gazeuse (Jus de pomme, raisin, sirop, thé, et café sans lait) **3h avant l'intervention**. Cela vous permettra d'éviter les nausées après l'intervention et favorisera une récupération rapide.

## Postopératoire

Dès votre retour en chambre, vous pourrez boire des boissons sucrées car elles favorisent votre rétablissement.

4 heures après votre retour en chambre, vous serez mis au fauteuil par les soignantes pour prendre un repas léger.

Le lendemain de votre intervention, le kiné commencera la rééducation avec des exercices de marche. Vous prendrez votre petit déjeuner au fauteuil.

Le surlendemain, vous poursuivez la kiné avec des exercices de marche ainsi que la montée des escaliers.

Le glaçage régulier de l'articulation opérée est indispensable.

## Sortie

Sous condition de douleur bien contrôlée et d'une récupération suffisante (mobilité, autonomie), votre sortie est validée par le chirurgien. Habituellement, les patients opérés de prothèse de hanche sortent entre le 1er et le 4ème jour, et les prothèses de genou entre 2ème et 5ème jour.

La réfection du pansement sera réalisée le jour du départ ou avant s'il est souillé.

Vous reverrez le chirurgien au 15ème jour de votre intervention pour l'ablation des agrafes, puis 1 mois après la sortie.