

# Instructions postopératoires

## Hallux Valgus ou Bunionectomie

Suivez les directives spécifiques de votre chirurgien si elles diffèrent des énoncés suivants.

### Pansement

- Gardez votre pansement ou plâtre sec.
- Aucun bain ou douche n'est permis, car le pansement ou le plâtre ne doit pas être mouillé. Faites votre toilette au lavabo.



### Diète

- Vous pouvez reprendre votre diète normale dès le retour à la maison.
- Augmentez votre consommation de liquides et de fibres pour prévenir la constipation.

### Les activités physiques

- Portez le soulier Darco<sup>MC</sup> en tout temps lorsque vous marchez.
- Vous pouvez mettre \_\_\_ % de votre poids sur votre pied. C'est \_\_\_ lb, ou \_\_\_ kg.
- Ne conduisez pas votre véhicule dans les sept jours qui suivent la chirurgie ou jusqu'à ce que vous cessiez de prendre des médicaments contre la douleur.  
**Si le pied opéré est le pied droit, ne conduisez pas jusqu'à ce que votre pansement ou plâtre soit enlevé par le chirurgien.**
- Ne mettez aucun poids ni pression sur vos orteils.
- Gardez la jambe élevée le plus souvent possible durant les deux premiers jours. Cela permet de diminuer l'enflure.

### Le contrôle de la douleur et la prévention de la constipation

- Prenez régulièrement les médicaments prescrits ou prenez du Tylenol<sup>MC</sup> et de l'Advil<sup>MC</sup>.
- Prenez du jus de pruneaux et/ou du Metamucil<sup>MC</sup>.  
Si cela n'est pas efficace, prenez une cuillère à soupe de lait de magnésie par jour ou du PEG 3350 (polyethylene glycol) comme Restoralax, Lax-a-day ou Clearlax jusqu'à ce que vous alliez à la selle.

### Communiquez avec votre médecin ou rendez-vous à l'Urgence la plus près si vous :

- avez des rougeurs ou des chaleurs;
- remarquez un durcissement (induration) des incisions;
- avez de la fièvre ou des frissons;
- ressentez de la douleur ou de la chaleur au mollet;
- ressentez une intensification de la douleur;
- avez des engourdissements ou des picotements; et/ou
- êtes soudainement essoufflé.

**N.B. Il est normal pour les femmes d'avoir vos menstruations irrégulières dans les semaines qui suivent l'anesthésie générale.**

### Questions après votre chirurgie? Contactez la clinique d'orthopédie.

1<sup>er</sup> étage, aile C, pièce 181

Tél. : 613-746-4621, poste 4304

713, chemin Montréal Ottawa (Ontario)

T 613.746.4621

[hopitalmontfort.com](http://hopitalmontfort.com)

5100199 (25-05)