

Instructions postopératoires

Fasciotomie

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

Le retour à la maison

- Enlevez votre pansement primaire dans cinq jours.
- Enlevez les petits pansements blancs (Steri-Strips^{MC}) dans sept jours



- Gardez l'élastique beige (Tensor^{MC}) 24 heures par jour, et ce, jusqu'à ce que vous enleviez votre pansement. Par la suite, portez l'élastique beige le jour seulement durant une semaine.
- Mettez de la glace sur le site de la chirurgie au maximum 20 minutes à chaque deux ou trois heures.
- Vous pouvez prendre une douche après 24 heures et éponger le genou pour le sécher.
- Aucun bain ou baignade n'est permis dans la semaine suivant l'opération.

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

- Vous pouvez marcher ou monter des escaliers.
- Gardez la jambe soulevée, le plus souvent possible, durant les jours suivant l'opération.
- Ne conduisez pas votre véhicule dans les 24 heures qui suivent la chirurgie ou jusqu'à ce que vous cessiez de prendre des médicaments contre la douleur.
- Aucun sport n'est permis jusqu'à votre prochain rendez-vous postopératoire.

Le contrôle de la douleur et la prévention de la constipation

- Prenez régulièrement les médicaments prescrits ou prenez du Tylenol^{MC} et de l'Advil^{MC}.
- Prenez du jus de pruneaux et/ou du Metamucil^{MC}. 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, des chaleurs, des engourdissements ou des picotements;
- remarquez un durcissement (induration) ou des écoulements (autre que du sang) au niveau 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; et/ou
- êtes soudainement essoufflé.

Il est normal pour les femmes d'avoir des menstruations irrégulières dans les semaines qui suivent l'anesthésie générale.

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

1^{er} étage, aile C, pièce 181,

Tél. : 613-746-4621, poste 4304

713, chemin Montréal Ottawa (Ontario)

T 613.746.4621

hopitalmontfort.com

5100273 (25-08)