



# Guide d'enseignement

## Chirurgie plastique

## Informations suite à une ténorrhaphie et/ou traitement de fractures osseuses

\*Il est important d'amener ce guide à l'hôpital le jour de votre chirurgie.

### Qu'est-ce qu'une ténorrhaphie?

Opération qui consiste à réparer un tendon qui est sectionné ou déchiré.

### Que faire si j'ai de la douleur?

- Il est possible d'avoir un inconfort (douleur, mal) modéré au niveau de votre main. L'inconfort partira au bout de 2 à 3 jours.
- Vous pouvez, au besoin, prendre les médicaments contre la douleur (analgésiques) prescrits par votre chirurgien.
- Les médicaments contre la douleur peuvent vous donner de la constipation. Buvez beaucoup d'eau (6-8 verres par jour), mangez des fruits, légumes et céréales à grains entiers.
- Les ecchymoses (les bleus) sont normales et disparaîtront en 2-3 semaines.
- Les engourdissements diminueront graduellement ( de jour en jour) suite à votre chirurgie.

### Quoi faire avec ma plaie, mon pansement?

- Un pansement couvre votre plaie.
- Il faut garder votre pansement au sec jusqu'à votre prochain rendez-vous avec le chirurgien.
- Si vous avez un plâtre, il faut le garder jusqu'à votre prochain rendez-vous, à moins que votre chirurgien vous ait dit le contraire.
- Portez l'écharpe chaque jour si vous avez un plâtre.
- Bougez votre épaule et votre coude plusieurs fois par jour.

### Mon hygiène, puis-je me laver?

- Vous pouvez vous asseoir dans le bain, mais sans mouiller votre main opérée. Pour l'hygiène du haut du corps, utilisez une débarbouillette.

## Quoi faire avec mes médicaments?

- Ne prenez aucun médicament contenant de l'aspirine ou un anti-inflammatoire non stéroïdien (Advil, ibuprofène, etc.) à moins d'avis contraire de votre chirurgien.

## Quelles activités faire?

- Gardez la main élevée le plus possible pour les 2 premiers jours. Lors du sommeil, déposez la main sur un oreiller. Ceci fera diminuer l'enflure et la douleur.
- Si vous n'avez pas de plâtre, faire bouger les doigts plusieurs fois par jour sans forcer. Ceci évitera l'ankylose (vos doigts seront plus mobiles).
- Ne pas forcer contre votre plâtre si présent (éviter de bouger votre bras à l'intérieur de votre plâtre).
- Ne pas forcer avec votre main.
- Si vous avez eu une anesthésie générale (endormi) ou que vous avez reçu une narcose (analgésie ou calmants dans les veines), vous pouvez conduire votre auto 24 heures après la chirurgie et dès que :
  - Vous n'avez plus de douleur;
  - Que vous ne prenez plus d'analgésie pouvant causer de la somnolence.

\*Certaines conditions exigent l'autorisation du chirurgien avant de reprendre la conduite de l'auto (ex.: chirurgie de l'œil, présence d'un plâtre...).

## ! Quoi surveiller?

- Douleur qui augmente même avec les médicaments.
- Signe d'infection de votre plaie telle que :
  - Rougeur qui semble augmenter;
  - Induration (gonflement) de la plaie;
  - Écoulement de pus;
  - Douleur;
  - Chaleur.
- Température plus grande que 38,5°C (101,3 F).
- Présence de beaucoup de sang sur vos pansements.

Si une de ces situations arrive, appelez la téléphoniste de l'hôpital et demandez à parler à votre plasticien ou celui de garde via le 418 525-4444 ou le 418 649-0252 et faites le 0.

Le soir, la nuit, la fin de semaine et les jours fériés, il faut appeler la téléphoniste et demander le plasticien de garde via le 418 525-4444 ou le 418 649-0252 et faire le 0.

Si vous n'avez pas réussi à parler à un plasticien, il faudra aller à l'urgence de l'hôpital où vous avez été opéré.

## Quand seront mes prochains rendez-vous?

- Le centre de rendez-vous de chirurgie plastique communiquera avec vous pour prévoir votre rendez-vous de contrôle selon les recommandations de votre chirurgien.
- Plus d'informations vous seront données lors de ce rendez-vous concernant :
  - La mobilisation;
  - Les soins et massages de la cicatrice;
  - Le port de la gaine ou de la bande de compression
  - Le retrait des agrafes ou des points de suture si nécessaire, car certains fondent seuls;
  - Le retour au travail;
  - Autres.

Pour joindre l'unité de la chirurgie d'un jour :

- CHUL : 418 525-4444 poste 47448
- Hôpital de l'Enfant-Jésus : 418 649-5504
- Hôpital du St-Sacrement : 418 682-7511 poste 82142
- Hôpital St-François d'Assise : 418-525-4341
- L'Hôtel-Dieu de Québec : 418 691-5324

