



# COMPLEXE CHIRURGICAL

## CENTRE MÉTROPOLITAIN DE CHIRURGIE

### GUIDE D'INFORMATION

Nous sommes heureux que vous ayez choisi le Centre Métropolitain de Chirurgie, ci après [CMC], une filiale du Complexe Chirurgical CMC pour votre intervention chirurgicale.

Ce guide d'information<sup>1</sup> répondra à plusieurs questions, vous aidera à mieux vous préparer pour votre intervention chirurgicale et votre séjour. Il vous apportera également toute l'information nécessaire au processus entourant votre intervention. Nous vous invitons donc à le lire très attentivement.

Tout au long du processus, notre équipe de soins expérimentée vous soutiendra et répondra à toutes vos questions.

---

<sup>1</sup> ©Ce document ainsi que son contenu sont la propriété du Centre Métropolitain de Chirurgie.

# **Contenu du guide d'information**

<b>VOUS PRÉPARER À LA CHIRURGIE</b>	<b>3</b>
<b>LA VEILLE DE LA CHIRURGIE</b>	<b>6</b>
<b>PRÉPARER VOTRE VALISE</b>	<b>7</b>
<b>LE JOUR DE LA CHIRURGIE</b>	<b>8</b>
<b>LE RETOUR DE LA SALLE DE RÉVEIL</b>	<b>10</b>
<b>LE RETOUR À LA MAISON APRÈS UNE INTERVENTION CHIRURGICALE</b>	<b>12</b>

# VOUS PRÉPARER À LA CHIRURGIE

## 1. MÉDICATION

En tout temps, avant votre intervention chirurgicale :

- ✓ Poursuivez la prise de votre pilule contraceptive s'il y a lieu;
- ✓ Poursuivez la prise de vos antidépresseurs et de vos neuroleptiques;
- ✓ Prenez sans risque de l'acétaminophène (Atasol<sup>®</sup>, Tylenol<sup>®</sup>, Paracétamol<sup>®</sup>, Doliprane<sup>®</sup>).

## 2. MÉDICAMENTS À CESSER

Il est de votre responsabilité de vérifier si les médicaments que vous prenez contiennent ou non un des produits mentionnés ci-dessous. Dans le doute, consultez votre médecin traitant ou votre pharmacien.

### **2 semaines avant l'intervention chirurgicale, cesser :**

- ✓ les produits de santé naturels
- ✓ les produits homéopathiques
- ✓ les vitamines
- ✓ les produits contenant de l'ail (allicine).

### **10 jours avant l'intervention chirurgicale, cesser :**

- ✓ l'acide acétylsalicylique tel qu'Aspirine<sup>®</sup> et tout autre produit contenant de l'acide acétylsalicylique;
- ✓ les anti-inflammatoires (**à moins d'avis contraire de votre médecin traitant ou de votre chirurgien**) tels qu'Advil<sup>®</sup>, Ibuprofène<sup>®</sup>, Celebrex<sup>®</sup>, Indocid<sup>®</sup>, Motrin<sup>®</sup>, Naprosyn<sup>®</sup>, Orudis<sup>®</sup>, Vioxx<sup>®</sup>, Voltaren<sup>®</sup>, etc.;
- ✓ les médicaments pour le rhume et la grippe tels que Tylenol Sinus<sup>®</sup>, Advil Sinus<sup>®</sup>, Réactine<sup>®</sup>, sirop contre la toux, etc.

Si vous prenez des **médicaments pour le cœur, la tension artérielle et le diabète**, continuez de les prendre jusqu'au jour de votre chirurgie. Afin de savoir si vous devez les prendre ou non le matin du jour de la chirurgie, référez-vous à la section « *Le jour de la chirurgie - Médicament à prendre ou à omettre* » de la page 7 de ce document.

## 3. TABAC

Nous vous recommandons de cesser de fumer la cigarette et (ou) la cigarette électronique contenant de la nicotine et les produits nicotiques au moins 6 semaines avant et 8 semaines après votre intervention chirurgicale. La nicotine et les substances toxiques contenues dans le tabac peuvent resserrer de petits vaisseaux sanguins et donc

- ✓ ralentir la cicatrisation de vos plaies et ainsi augmenter les risques d'infection de la plaie;
- ✓ augmenter les risques de troubles respiratoires et de pneumonie après l'intervention;
- ✓ provoquer au lever des nausées (maux de cœur), des vomissements et des excès de toux qui accroissent les risques de saignement après l'intervention chirurgicale.



**Les substituts nicotiques (Nicorette<sup>®</sup> ou autres) sont également contre-indiqués pendant cette période puisqu'ils ont les mêmes effets nocifs que la cigarette.**

#### 4. CANNABIS

Le cannabis peut être consommé à des fins médicales sous prescription. Dans certains contextes son utilisation pourra être autorisée. Cependant fumer du cannabis, comme fumer la cigarette, contribue à l'altération de votre système respiratoire et peut nuire à votre rétablissement postopératoire. Puisqu'aucune étude ne confirme un seuil sécuritaire de consommation de cannabis en périodes préopératoire et postopératoire, l'approche la plus sûre est de ne pas en consommer. Si vous consommez du cannabis pour soulager un problème de santé, veuillez en discuter avec votre chirurgien.

#### 5. L'ALCOOL

Cessez toute consommation d'alcool deux semaines avant et trois semaines après l'intervention chirurgicale. Le mélange d'alcool et de médicaments peut provoquer des réactions indésirables imprévisibles.

#### 6. LA TEINTURE CAPILLAIRE

Il est important d'éviter d'appliquer une teinture capillaire dix (10) jours avant et trente (30) jours après une chirurgie de lifting facial.

#### 7. PRÉVOIR DÈS MAINTENANT VOTRE RETOUR À LA MAISON

**Transport et planification d'un accompagnateur pour votre retour à la maison :** Vous devrez obligatoirement être accompagné au moment de quitter notre établissement.

**Vêtements amples et chaussures faciles à enfiler :** À prévoir pour votre confort et faciliter votre retour à la maison.

**Repas et collations :** Cuisinez des plats, congelez-les et achetez de la nourriture non périssable pour que vous n'ayez pas à cuisiner une fois de retour à la maison.

**Entretien ménager de votre domicile :** Vous serez limité dans vos mouvements ainsi que dans le poids que vous pourrez soulever. Vous aurez probablement besoin d'aide pour vos activités domestiques.

**Thermomètre :** Assurez-vous d'avoir un thermomètre à la maison pour vérifier votre température au besoin.

**Demander à un proche d'être disponible dans les premières 24 h :** Cette personne pourra vous accompagner dans vos déplacements et, au besoin, vous apporter son appui en ce qui a trait à vos soins personnels et vos activités quotidiennes.

**Retour au travail et avis à votre employeur :** La période de convalescence varie d'une chirurgie à l'autre et selon la nature de votre emploi. Si vous avez besoin d'un certificat d'arrêt de travail, veuillez en discuter avec votre chirurgien.

## 8. ALIMENTATION

Il est important avant et après la chirurgie d'incorporer des fibres et des protéines à votre alimentation afin d'accélérer le processus de cicatrisation. Un bon équilibre alimentaire améliorera aussi votre fonction immunitaire vous procurant donc une meilleure protection contre l'infection.

Le Guide alimentaire canadien est une bonne référence en ce qui concerne l'alimentation. Vous pouvez en demander un exemplaire au personnel soignant.

## 9. CHANGEMENT DANS VOTRE ÉTAT DE SANTÉ

Si la veille de votre intervention chirurgicale vous faites de la fièvre (température), vous avez une grippe, de la diarrhée, des vomissements, avisez rapidement le personnel infirmier du CMC en composant le 514 332-7091, poste 211. Vous pouvez laisser un message sur la boîte vocale.

## 10. LES EXAMENS PRÉOPÉRATOIRES

Un électrocardiogramme au repos et avec interprétation sera requis si vous êtes âgé de 40 ans ou plus. À l'analyse de celui-ci, des examens complémentaires pourraient vous être demandés par votre chirurgien.

Veuillez noter que celui-ci est valide pour une période de 4 mois.

# LA VEILLE DE LA CHIRURGIE

## 11. PRÉPARATION DE LA PEAU AVANT VOTRE CHIRURGIE

Dans le but de diminuer les risques d'infection en période postopératoire et réduire le nombre de bactéries sur la peau, il est important de prendre **un bain ou une douche la veille et le matin de la chirurgie**. Vous devez utiliser une éponge ou un savon à base de chlorhexidine pour laver la région à opérer. Ce produit est disponible en pharmacie. Assurez-vous de suivre attentivement les instructions fournies avec le produit et éviter tout contact avec les yeux et les oreilles. Finalement, n'appliquez pas de lotion ou de crème sur votre peau.

## 12. RASAGE

La veille de votre chirurgie, vous devez raser la région à opérer selon les directives de votre chirurgien. Assurez vous de bien comprendre les consignes et le type de rasage à privilégier (rasoir, crème épilatoire, etc.). Il est possible que l'infirmière valide la rasage avant la chirurgie.

## 13. ÊTRE À JEUN

Vous devez être à jeun à partir de minuit la veille de la chirurgie, c'est-à-dire ne consommer aucun aliment solide et ne rien boire, y compris de l'eau. Éviter de mâcher de la gomme ou de sucer un bonbon. Vous pouvez toutefois vous brosser les dents et vous rincer la bouche.

*Si votre chirurgien vous a mentionné de prendre votre médication habituelle le matin de votre chirurgie, vous pouvez la prendre avec une gorgée d'eau seulement (environ 15ml).*

## 14. MAQUILLAGE, ONGLES ARTIFICIELS ET VERNIS À ONGLES

Lors de la chirurgie, la coloration de votre peau et de vos ongles est un bon indicateur pour vérifier votre taux d'oxygène dans le sang. De plus, l'appareil servant à mesurer votre taux d'oxygène pourrait être dans l'impossibilité de lire les résultats si vos ongles sont recouverts de vernis ou que vous avez des ongles artificiels.

La recherche a démontré que les infections nosocomiales sont transmises principalement par les mains. L'hygiène des mains est donc la mesure fondamentale de la prévention et du contrôle des infections tant chez le personnel des soins de santé que chez le client. Le port d'ongles artificiels ou de vernis aux doigts augmente la quantité de micro-organismes et favorise l'implantation de bactéries. Ils peuvent être à l'origine d'infections nosocomiales.



**Enlever tous vos bijoux, chaînes, boucles d'oreilles, bagues, "body piercing" et attaches pour cheveux.**

# PRÉPARER VOTRE VALISE

## 15. QUOI APPORTER LE JOUR DE VOTRE CHIRURGIE

L'espace dont vous disposerez pour entreposer vos effets personnels est très restreint. Celui-ci correspond à une petite valise de type bagage de cabine d'avion d'une dimension d'environ 23 cm x 40 cm x 55 cm (9 po x 15,5 po x 21,5 po) avec roulettes et poignées, d'un poids d'environ 10 kg (22 lb).

Le matin de votre chirurgie, vous devrez apporter :

- ✓ ce guide d'enseignement si vous l'avez reçu;
- ✓ votre carte d'assurance maladie;
- ✓ une liste à jour de vos médicaments **OBLIGATOIREMENT** dans leur contenant d'origine;
- ✓ nous ne pourrions accepter les médicaments dans une dosette préparée par le pharmacien;
- ✓ vos pompes d'inhalation + aérochambre s'il y a lieu;
- ✓ votre étui à lunettes;
- ✓ votre étui et solution pour lentilles cornéennes;
- ✓ un contenant pour prothèses dentaires ou auditives;
- ✓ des pantoufles antidérapantes;
- ✓ des serviettes hygiéniques s'il y a lieu;
- ✓ des vêtements amples et confortables adaptés à votre chirurgie pour votre départ;
- ✓ des livres et divertissements silencieux (iPod, ordinateur personnel, etc.);
- ✓ une trousse d'hygiène personnelle (dentifrice, brosse à dents, savon, etc.).

Pour les clients séjournant au CMC, un coffre-fort est à votre disposition dans votre chambre. Toutefois, nous vous suggérons fortement de laisser argent, bijoux ou objets de valeur à la maison.

Pour les clients de la chirurgie d'un jour [ci-après « CDJ »] vous pourrez laisser vos effets personnels dans un casier que vous pourrez verrouiller.



**Le CMC ne se tient pas responsable de la perte des objets de valeur ou de l'argent que vous garderez en votre possession.**

# LE JOUR DE LA CHIRURGIE

**RAPPEL :** Vous devrez avoir pris un bain ou une douche et avoir retiré tous vos bijoux, chaînes, boucles d'oreilles, bagues, « body piercing », attaches pour cheveux, maquillage et vernis à ongles. Également, enlevez votre tampon vaginal et utilisez une serviette hygiénique s'il y a lieu.

## 16. MÉDICATION LE MATIN DE LA CHIRURGIE

Le jour de votre chirurgie, **ne prenez aucun médicament y compris les médicaments pour le cœur, la tension artérielle et le diabète avant de rencontrer l'anesthésiologiste.** Celui-ci évaluera la médication à prendre ou à éviter. En cas de doute, vous pouvez vérifier auprès du personnel infirmier du CMC au **(514) 332-7091 poste 211.**

Les pompes respiratoires doivent être prises le matin de la chirurgie même si vous ne les prenez normalement qu'au besoin.

**RAPPEL :** *Si votre chirurgien vous a mentionné de prendre votre médication habituelle le matin de votre chirurgie, vous pouvez la prendre avec une gorgée d'eau seulement (environ 15ml).*

## 17. OÙ SE PRÉSENTER

Vous devez vous présenter à la réception du Complexe Chirurgical CMC situé au **999, rue De Salaberry, Montréal, QC H3L 1L2** pour votre admission. L'entrée principale se trouve sur la rue transversale Pointcaré. Vous devrez vous y présenter au jour et à l'heure désignés par votre chirurgien.



Veillez noter que l'heure de votre admission ne correspond pas à l'heure de votre chirurgie.  
Un seul accompagnateur est autorisé pendant votre séjour au CMC.

## 18. ADMISSION

Vous serez accueilli par un membre du personnel infirmier qui complètera avec vous votre dossier et répondra à toutes vos questions. Nous vous demanderons :

1. une liste à jour de vos médicaments **OBLIGATOIREMENT** dans leurs contenants d'origine. Nous ne pourrions accepter les médicaments dans une dosette préparée par le pharmacien;
2. votre carte d'assurance maladie.

## 19. LA CONSULTATION

Le matin de votre intervention chirurgicale, votre anesthésiologiste et votre chirurgien vous rencontreront afin de discuter de l'anesthésie et de l'intervention chirurgicale et ceux-ci répondront à toutes vos questions.

## 20. LA PRÉMÉDICATION

Environ deux heures avant votre intervention chirurgicale, le personnel infirmier vous administrera une prémédication sous forme de comprimés qui servira à diminuer la douleur postopératoire ainsi que les risques de nausées et de vomissements.



## 21. L'ANESTHÉSIE

L'anesthésiologiste vous rencontrera avant la chirurgie et c'est avec lui que vous déciderez, en fonction de votre dossier médical et de la chirurgie planifiée, le type d'anesthésie qui sera privilégié.

**Générale** : L'anesthésiologiste vous donnera la médication adéquate par perfusion intraveineuse. Vous serez complètement endormi.

**Régionale (anesthésie rachidienne)** : Elle se caractérise par l'anesthésie d'une partie du corps seulement. Un médicament servira à supprimer les sensations et la motricité de cette partie de votre corps. Vous ne sentirez rien tout en demeurant éveillé. Un médicament pour vous détendre peut vous être administré.

**Locale avec sédation** : Seule la partie opérée sera affectée à la suite d'une injection d'anesthésie locale. Un médicament vous sera administré et vous serez à demi conscient et très détendu tout au long de votre chirurgie.

**Locale sans sédation** : Pour ce type d'anesthésie, la présence de l'anesthésiologiste n'est pas requise. Seule la partie opérée sera insensible à la douleur à la suite d'une injection d'anesthésie locale par votre chirurgien.

## 22. EN SALLE DE CHIRURGIE

Un membre du personnel infirmier de la salle de chirurgie vérifiera à nouveau votre identité et votre dossier médical. N'hésitez pas à poser des questions si vous en avez.

Les personnes présentes sont généralement votre chirurgien, un assistant si nécessaire, un anesthésiologiste, un ou des membres du personnel infirmier, un inhalothérapeute, ainsi qu'un préposé.

## 23. SALLE DE RÉVEIL

Immédiatement après l'intervention chirurgicale, vous serez transféré en salle de réveil. Il est normal à ce moment de ressentir de la nausée et d'avoir des vomissements. Ces symptômes font partie des effets secondaires de l'anesthésie.

Le temps passé en salle de réveil est d'environ 30 à 45 minutes et vous permettra de récupérer sous la surveillance continue du personnel infirmier.

# LE RETOUR DE LA SALLE DE RÉVEIL

## 24. CHIRURGIE D'UN JOUR

Vous serez ensuite transféré dans notre unité de chirurgie d'un jour pendant environ 2 heures et votre accompagnateur sera autorisé à venir vous rendre visite. Dans le but de respecter le repos des autres patients, **une personne à la fois sera autorisée à venir vous visiter.**

## 25. HOSPITALISATION

Si votre chirurgien vous a conseillé de passer une nuit au CMC, vous serez transféré de la salle de réveil à votre chambre où un membre du personnel vous aidera à passer de la civière à votre lit. Le personnel infirmier vérifiera votre pouls, tension artérielle, respiration, pansement, douleur, etc.

## 26. DÉPART À LA MAISON

Vous recevrez votre congé médical lorsque votre douleur sera bien contrôlée et que vous serez en mesure d'uriner une première fois. À ce moment vous serez autorisé à quitter le CMC avec votre accompagnateur. Vous recevrez avant votre départ votre ordonnance de départ ainsi que les informations relatives à vos soins postopératoires à domicile.



**Vous devrez obligatoirement être accompagné au moment de quitter notre établissement.**

## 27. DOULEUR

Sachez que plus votre douleur est élevée, plus elle sera difficile à soulager. La douleur est souvent plus intense pendant les 48 à 72 heures suivant l'intervention chirurgicale. Une douleur non soulagée peut ralentir votre convalescence et avoir des impacts négatifs sur le sommeil, la digestion et l'anxiété.

Voici les consignes vous permettant de mieux la contrôler.

- ✓ Assurez-vous de prendre régulièrement, et tel que prescrit par votre chirurgien, les analgésiques narcotiques, et ce, pendant les premières 48 heures.
- ✓ Vous pouvez aussi combiner la prise d'acétaminophène (Tyléno<sup>®</sup>) avec les analgésiques narcotiques si la douleur n'est pas suffisamment soulagée. Consultez votre médecin si votre douleur ne s'améliore pas.
- ✓ Après 48 heures, vous pourrez continuer de prendre des analgésiques narcotiques ou de l'acétaminophène (Tyléno<sup>®</sup>) au besoin si la douleur devient gênante.

Respectez toujours la prescription médicale et référez-vous à votre pharmacien ou médecin traitant au besoin pour vous assurer de faire une utilisation sécuritaire de l'acétaminophène.

Il est interdit de prendre de l'alcool et de conduire un véhicule motorisé lorsque vous prenez des analgésiques narcotiques.

Référez-vous au document *Guide sur les analgésiques narcotiques* qui vous a été remis lors de votre admission. Il est aussi disponible sur notre site Web à l'adresse suivante : [www.cmcmontreal.com](http://www.cmcmontreal.com).

## 28. ALIMENTATION

L'alimentation débutera par un repas léger. Si vous n'avez pas de nausée, vous pourrez reprendre progressivement une diète régulière.

## 29. MOBILISATION

Suite à votre intervention chirurgicale, le personnel infirmier vous aidera à vous lever pour une première fois. Par la suite, vous serez encouragé à vous mobiliser très souvent afin de prévenir les complications circulatoires et pulmonaires.

## 30. REPOS

Suite à votre intervention chirurgicale, vous aurez besoin de vous reposer.

Dans le but de respecter le repos des autres patients, **prenez note qu'une seule personne à la fois sera autorisée à venir vous visiter**. Également, nous vous demanderons d'éviter le bruit et les conversations bruyantes.

Nos heures de visites sont de 9 h à 20 h.

# LE RETOUR À LA MAISON

Vous devez obligatoirement être accompagné pour quitter le CMC, ainsi que pendant les 24 premières heures suivant votre départ. Les médicaments utilisés pendant l'anesthésie et ceux contre la douleur peuvent altérer vos sens et vos réflexes et causer de la somnolence. Il est d'ailleurs fortement conseillé de ne pas conduire votre véhicule pour une période de 72 heures après la chirurgie.

Pour les mêmes raisons qui s'appliquent à la conduite, vous devriez reporter toute décision importante à un autre jour. L'anesthésie peut aussi vous amener à être plus sensible et irritable pendant quelques jours.

## 31. AVANT VOTRE DÉPART DU CMC

- ✓ Le personnel infirmier évaluera votre condition selon certains critères et planifiera votre départ.
- ✓ Vous recevrez vos prescriptions de départ y compris l'information requise.
- ✓ Vous recevrez également un enseignement personnalisé par le personnel infirmier en fonction du type de chirurgie reçue ainsi qu'un document d'information spécifique à votre chirurgie.
- ✓ Enfin, vous pourrez quitter le CMC avec votre accompagnateur.



**Si vous avez été hospitalisé, votre départ se fera avant 10 h le lendemain matin.**

## 32. REPRISE DE VOS MÉDICAMENTS HABITUELS

À moins d'avis contraire de votre chirurgien, vous pouvez reprendre vos médicaments habituels dès votre retour à la maison.

Vous devez éviter de prendre des médicaments contenant de l'aspirine au cours des 15 jours suivant la chirurgie pour réduire le risque de saignement.

## 33. L'ALIMENTATION

Il est important de boire beaucoup de liquide pour favoriser l'élimination intestinale et urinaire, car certains médicaments contre la douleur peuvent causer de la constipation. Nous vous conseillons également de manger des aliments contenant des fibres.

## 34. SOINS D'HYGIÈNE PERSONNELLE

Prendre un bain ou une douche après votre chirurgie selon les recommandations de votre chirurgien.

### 35. COMPLICATIONS POSSIBLES, SIGNES ET SYMPTÔMES

<b>Infection de la plaie</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Rougeur</li><li>• Chaleur</li><li>• Écoulement</li><li>• Gonflement</li><li>• Douleur</li><li>• Fièvre (<i>plus de 38,5 °C</i>) et frissons</li></ul>
<b>Complications</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Saignements abondants</li><li>• Perte de conscience</li><li>• Incapacité d'uriner</li><li>• Douleur non soulagée par les analgésiques prescrits par votre chirurgien</li><li>• Nausées persistantes ou vomissements</li><li>• Fièvre (<i>plus de 38,5 °C</i>) et frissons</li></ul>

Ces complications sont rares, mais peuvent se produire. Vous pouvez alors soit :

- ✓ contacter votre chirurgien;
- ✓ vous présenter à l'urgence du centre hospitalier le plus près; ou
- ✓ composer le 911.

### 36. REPOS

Suite à une chirurgie, il est normal de ressentir de la fatigue. Vous devrez vous reposer afin d'assurer une convalescence adéquate. Par contre, la reprise des activités de la vie quotidienne doit se faire dès que possible et selon votre tolérance. La marche stimule la circulation sanguine au niveau des jambes et évite la stagnation de sang dans vos veines, laquelle peut causer des caillots de sang (thrombophlébite). Un équilibre entre le repos et vos activités est donc essentiel.

### 37. SUIVI ET RENDEZ-VOUS

Il est important de ne pas manquer le rendez-vous de suivi avec votre chirurgien. Il s'agit d'un bon moment pour discuter avec celui-ci de tous les malaises persistants, de vos inquiétudes et du moment où vous devriez retourner au travail.

### 38. RESSOURCES POSTOPÉRATOIRES

Votre chirurgien : \_\_\_\_\_ Téléphone : \_\_\_\_\_

Le service Info-Santé : 811

Le service d'urgence : 911

**BONNE CONVALESCENCE !**

## MÉMO PRÉCHIRURGIE

- ✓ Être à jeun depuis minuit la veille de la chirurgie (point 13)
- ✓ Prendre une douche le matin de la chirurgie (point 11)
- ✓ Raser la région à opérer (point 12)
- ✓ Éviter l'alcool et la cigarette (points 3 et 5)
- ✓ Ne pas prendre d'aspirine 10 jours avant et après la chirurgie (point 2)
- ✓ Prévoir un adulte responsable qui pourra vous raccompagner lors de votre sortie de l'hôpital (Le retour à la maison)

fotolia

Notes :

---

---

---

---

---

---

---