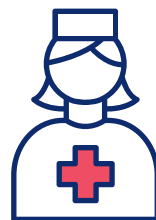


Réhabilitation améliorée après la chirurgie d'une

PROTHÈSE TOTALE DE GENOU (PTG)







Tout d'abord, nous vous remercions d'avoir choisi **notre institution**.

La **Réhabilitation Améliorée Après Chirurgie (RAAC)** est un programme destiné aux patients hospitalisés pour une prothèse du genou. Elle vise au **rétablissement rapide des capacités** physiques et psychiques antérieures du patient. Elle repose sur une approche **multidisciplinaire et globale** de la prise en charge, à tous les stades temporels de la période **autour de l'intervention** (avant/pendant l'hospitalisation et après).

L'objectif de cette brochure est de vous apporter un maximum d'informations au sujet de votre hospitalisation, de l'intervention qui va être réalisée et de votre convalescence. Nous vous invitons, vous et vos proches, à la lire attentivement et plusieurs fois en fonction de vos besoins. N'hésitez pas à demander des informations complémentaires lors de vos visites ou lors de votre séjour à l'hôpital.

Soyez assurés que nous ferons tout ce qu'il est possible pour rendre votre séjour confortable et assurer un accompagnement adapté pour le retour au domicile ou en service de revalidation.

N'oubliez pas d'emporter cette brochure lors de tout contact à l'hôpital et lors de votre hospitalisation.

TABLE DES MATIÈRES

Récapitulatif

1. Qu'est-ce que la prothèse totale de genou ?	5
2. Les préparatifs	6
3. La période préopératoire	9
4. La veille de votre hospitalisation	11
5. Votre hospitalisation	12
6. Après le séjour à la clinique	17



1. QU'EST-CE QUE LA PROTHÈSE TOTALE DE GENOU ?

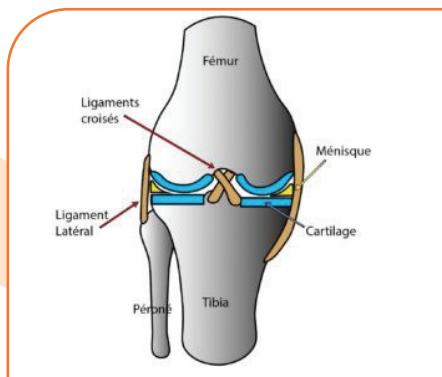


Le chirurgien vous a expliqué la raison pour laquelle il vous propose de réaliser une telle intervention.

Le remplacement de l'articulation du genou va vous aider à poursuivre votre vie avec plus d'autonomie et surtout moins de douleur.

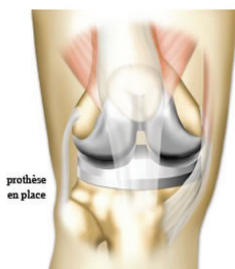
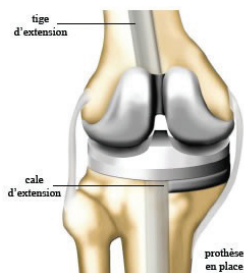
Des millions de personnes à travers le monde ont subi ce type d'intervention et vivent de manière beaucoup plus confortable.

Voici comment est constituée une articulation du genou normale



La prothèse totale de genou

La mise en place de la prothèse vise à supprimer la douleur, vous rendre la mobilité et la stabilité de l'articulation.



Les complications éventuelles

- ~ La phlébite du membre inférieur (<10%), qui peut se compliquer d'embolie pulmonaire
- ~ L'infection (<2%)
- ~ L'hématome («un coup bleu») postopératoire
- ~ Un problème de cicatrisation au niveau de la peau

Les complications exceptionnelles

- ~ Douleurs et raideur de l'articulation
- ~ Algoneurodystrophie : c'est un syndrome inflammatoire douloureux régional, le plus souvent secondaire à un traumatisme ou à une opération. L'évolution est spontanément favorable, mais la récupération peut être retardée de 6 mois à 24 mois
- ~ Lésions nerveuses et/ou vasculaires (vaisseaux)

2. LES PRÉPARATIFS

Rencontre avec l'infirmier de préhospitalisation référent

Il vous informera sur votre parcours et complètera votre dossier. Il est votre interlocuteur privilégié pour tout ce qui concerne votre parcours.



Tél : 087 21 38 08

le :/...../.....

L'infirmier vous informera :

- ~ sur la préparation pour votre intervention
- ~ sur le nécessaire à apporter pour l'hospitalisation



Il vous donnera les explications concernant :

- ~ la toilette avec le savon désinfectant
- ~ la tonte de la zone à opérer (si vous n'avez pas de tondeuse, ceci sera réalisé dans le service lors de votre arrivée)

Si cela s'avère nécessaire, il vous conseillera de rencontrer le service social afin de vous aider au mieux à préparer votre sortie.

Et enfin, il reste à votre disposition pour toutes autres questions.

Consultation chez l'anesthésiste

le :/...../.....

Avant de vous rendre à la consultation, merci de compléter le «questionnaire d'anesthésiologie» dans le carnet préopératoire que le chirurgien vous a remis en même temps que cette brochure, et de l'emmener avec vous.

N'hésitez pas à le remplir avec votre médecin généraliste traitant.

Lisez, complétez et signez également les pages concernant le consentement éclairé chirurgie et anesthésie.

L'anesthésiste discutera avec vous :

- ~ du choix de l'anesthésie
- ~ de la prise en charge de la douleur

Lors de cette visite plusieurs examens pourraient être programmés ou réalisés.

L'anesthésiste vous signalera les médicaments que vous devez arrêter et ceux que vous pouvez continuer.

Si vous pensez ne pas vous endormir facilement, signalez-le à l'anesthésiste lors de la consultation il vous prescrira un léger somnifère pour la veille de l'intervention.

Contact avec le service social

Tél : 087 21 37 81 - 087 21 37 80



Votre rééducation doit être bien préparée, prévoyez donc, si nécessaire, une assistance pendant quelques semaines.

Notre SERVICE SOCIAL est dès à présent à votre disposition

Il vous aidera à organiser la sortie de notre service de chirurgie et mettre en place une assistance soit :

- ~ à domicile.
- ~ dans un service de revalidation dans un centre spécialisé (pris en charge par l'assurance hospitalisation).
- ~ chez un membre de votre famille.
- ~ dans un établissement de convalescence en lien avec votre mutuelle
- ~ dans notre centre de revalidation en ambulatoire

Il est nécessaire de contacter le service social avant votre opération car les démarches doivent être effectuées le plus tôt possible.

N'hésitez pas à vous renseigner auprès de la mutuelle et/ou de l'organisme assureur quant au choix de la chambre et ses impacts financiers.

Si vous rentrez à domicile, le médecin prescrira des soins infirmiers (injections d'héparine afin d'éviter les phlébites, un suivi de la cicatrice et peut-être une aide à la toilette) ainsi que des soins de kinésithérapie. Si vous connaissez des soignants pouvant prodiguer ces soins, **il est vivement souhaité de les prévenir que vous allez bientôt faire appel à eux**. Si vous ne connaissez personne, les soignants de l'hôpital vous mettront en contact avec ces thérapeutes.

Si vous rentrez à domicile vous devrez peut-être modifier pour un temps la disposition de votre mobilier. Il est possible de louer un lit électrique auprès de votre mutuelle ou à la Croix Rouge.

Prévoyez une chaise percée si le WC du domicile est difficilement accessible ainsi qu'un rehausseur de WC. (Voir illustrations plus loin)

Il est vivement souhaité de les réserver pour les installer avant votre sortie de l'hôpital.

Voici un aide-mémoire pour ne rien oublier :

Pour mon **retour à la maison**, j'aurai besoin :

- ☐ D'aide pour ma toilette
- ☐ De soins infirmiers (injections, pansement...)
- ☐ De soins de kinésithérapie
- ☐ D'aide pour le ménage, les courses, le linge, les repas
- ☐ D'une aide administrative
- ☐ D'une surveillance de jour et/ou de nuit
- ☐ De matériel spécifique (lit médicalisé, cadre de marche, chaise percée...)
- ☐ De conseils pour aménager ma maison
- ☐ D'un transport pour le retour, les différents RDV, me déplacer

Avant ma **sortie de l'hôpital** :

- ☐ Qui viendra me chercher ?
- ☐ Qui pourra faire quelques courses pour moi et aller à la pharmacie ?
- ☐ Prévenir mon médecin traitant de ma sortie



Ai-je bien tous les **documents** nécessaires pour mon **retour** ?

- ☐ Mes prescriptions médicales (pour l'infirmier, pour le kiné)
- ☐ Mes ordonnances
- ☐ Les certificats médicaux (employeur, mutualité, sport...)
- ☐ Les formulaires d'assurance remplis
- ☐ Ma feuille de traitement de sortie

8 ☐ La liste et les coordonnées des personnes intervenants à domicile



Avant votre hospitalisation, le kinésithérapeute va déjà vous donner les conseils et vous apprendre les gestes à réaliser après l'intervention pour marcher, pour monter et descendre les escaliers avec les béquilles. N'oubliez pas d'emporter les béquilles lors de ces séances.

Contact avec le kinésithérapeute de l'hôpital ou celui de votre choix.

le :/...../.....

Notre service de physiothérapie **EXTERNE** vous propose également de venir après votre sortie de clinique poursuivre une revalidation pluridisciplinaire ici à la **Clinique CHC Heusy** avec kinésithérapie, ergothérapie et médecin physiothérapeute chaque jour de la semaine.

Si vous souhaitez le passage du kinésithérapeute à domicile, prenez contact avec lui avant votre hospitalisation. En effet, il est impératif que la rééducation soit effective dès le lendemain de votre retour à domicile.

La kinésithérapie :



- ~ Le kinésithérapeute assure un travail actif et/ou passif avec vous mais également à l'aide d'un appareillage adapté.
- ~ L'approche thérapeutique varie en fonction des atteintes (neurologiques ou orthopédiques) et des aptitudes du patient.
- ~ Les différentes techniques (renforcement musculaire, travail de l'équilibre, postures, marche...) vous conduiront vers une nouvelle autonomie

3. LA PÉRIODE PRÉOPÉRATOIRE

Afin d'aborder sereinement l'hospitalisation, voici quelques recommandations ainsi que les préparatifs pour les quelques jours avant d'entrer à l'hôpital.

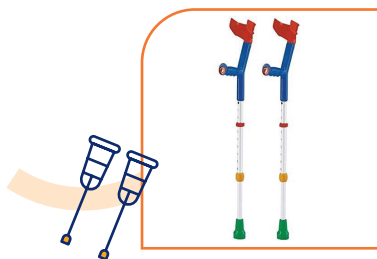
- ~ Afin d'assurer au maximum la fonction respiratoire et la cicatrisation il est important de limiter ou d'arrêter la consommation de tabac (idéalement au moins 1 mois avant l'intervention). Notre tabacologue peut vous y aider d'autant que les consultations sont en partie remboursées par votre mutuelle. Vous pouvez contacter le 087 21 37 03 pour obtenir un RDV.
- ~ Veillez à garder une bonne hygiène des pieds : ongles courts, éliminez le vernis à ongle... Si vous avez des difficultés, n'hésitez pas à faire appel à un podologue.

- ~ Installez-vous le mieux possible au domicile.
Procurez-vous : un rehausseur qui facilitera votre assise au WC.



- ~ Procurez-vous une paire de béquilles réglables en hauteur **que vous emporterez dès le premier jour de votre hospitalisation.**

Ainsi qu'un cadre de marche



(La plupart des mutuelles en proposent en location)

- ~ Prévoyez d'emporter avec vous une paire de pantoufles fermées, stables, antidérapantes avec un talon large afin de marcher plus facilement.
- ~ Emportez à l'hôpital vos médicaments habituels (dans les boîtes d'origine). Ceci nous aidera à bien compléter votre dossier. Laissez votre semainier à la maison.
- ~ Prévoyez votre nécessaire de toilette, linge de corps, robes de nuit, pyjamas, peignoir...

- ~ Préparez
- votre carte d'identité
 - vos dernières radiographies
 - votre dossier médical si vous en possédez un.



- ~ Evitez de prendre avec vous trop d'argent ou des objets de valeurs.

Dans les 2-3 jours avant l'opération

- En cas de douleur ou de fièvre, ne pas prendre d'aspirine, ni d'anti-inflammatoire (Ibuprofène, Nurofen...), prenez du paracétamol tel que Dafalgan, Perdolan (sauf instruction reçue lors de la consultation avec l'anesthésiste).
- Si vous faites de la fièvre, toussiez ou développez un état grippal ou toute autre modification de votre état de santé, prenez contact avec votre médecin généraliste qui évaluera la situation. En cas de doute sur le maintien ou non de l'intervention, contactez l'équipe d'anesthésie ou le chirurgien.
- Si l'intervention devait être reportée, prévenez-nous en téléphonant au 087 21 32 65

A respecter

- La prescription reçue par l'anesthésiste pour la prise des médicaments personnels (à poursuivre et/ou à supprimer).
- Les consignes d'hygiène corporelle.
- Ne prenez aucun engagement et ne posez aucun acte qui pourrait engager votre responsabilité pendant votre hospitalisation.

Les derniers détails pratiques (heure d'arrivée,...) vous seront communiqués via un appel de la clinique dans la journée, la veille de votre intervention ou le vendredi (si l'intervention a lieu un lundi)

Si vous êtes absent(e), veuillez appeler le 087 21 32 65

N'oubliez pas de **prévoir un rendez-vous avec votre médecin généraliste traitant 15 jours après votre intervention** pour le retrait des fils et le suivi de votre situation de santé.



4. LA VEILLE DE VOTRE HOSPITALISATION



Vous suivrez les instructions concernant la douche (ou le bain) préopératoire, elles sont indiquées dans le carnet d'anesthésie.
Utilisez un savon désinfectant :
ISOBETADINE SAVON ou HIBISCRUB

Comme vous l'a expliqué l'infirmière de consultation préopératoire, vous vous tondrez le genou avec une tondeuse si vous en avez une. **Si vous avez l'habitude d'utiliser une crème dépilatoire** vous pouvez l'utiliser.



Evitez de fumer, restez à jeun (sans boire ni manger) dès minuit ou dès l'heure indiquée par l'anesthésiste dans votre carnet préopératoire.

Prenez le léger somnifère qui vous aura été prescrit par l'anesthésiste.

5. VOTRE HOSPITALISATION

Le matin avant de partir pour l'hôpital

Rappelez-vous que vous êtes à jeun (suivre les indications qui vous sont données par l'anesthésiste ou l'infirmière de préhospitalisation)



Prenez votre douche avec le même savon désinfectant que la veille (voir carnet préopératoire)



Il est capital de vous munir de :

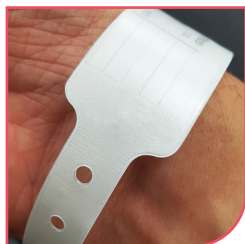
- ~ votre carnet préopératoire
- ~ vos béquilles
- ~ vos médicaments habituels (dans les boîtes d'origine) ceci nous aidera à bien compléter votre dossier

Arrivée à la clinique

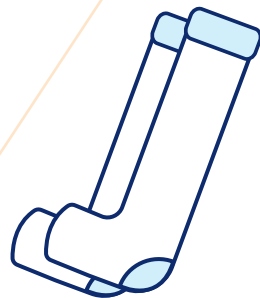
Après être passé à l'accueil (à l'heure qui vous aura été communiquée la veille) pour les formalités, vous serez installé dans votre chambre.

L'infirmière s'informera de votre traitement actuel et complètera le dossier (réalisé avec vous lors de votre visite chez l'infirmière de préhospitalisation). Signalez-lui toute modification de votre état de santé (ex. toux, température, infection...).

Elle vous fournira une paire de bas anti stase



Elle placera un bracelet d'identification. Vous le porterez tout au long de votre séjour, ce bracelet nous aidera à **assurer votre sécurité** en vérifiant votre identité tout au long de votre séjour.



Votre sécurité est notre priorité.

Une erreur d'identification pourrait être grave. C'est pour cette raison que l'ensemble du Groupe santé CHC préconise une vérification systématique de votre identité. Nous sommes tenus, même si nous connaissons bien nos patients, de vous demander votre nom lors de chaque prise en charge. **Ne soyez pas surpris par cette démarche un peu inhabituelle !**

Vous trouverez sur votre table de nuit la brochure d'accueil propre à notre clinique.

Préparation

La tonte de la jambe, la détersion (nettoyage) et le marquage du site opératoire seront réalisés par le personnel soignant.

Nous vous recommandons de vous préparer afin **d'être prêt une heure avant l'intervention**; vous porterez une chemise d'opéré. Vous ôterez tous vos bijoux ainsi que votre prothèse dentaire si vous en avez une.

Vous devez **rester à jeun**, l'infirmière va peut-être vous faire prendre, avec un minimum d'eau, vos médicaments importants ainsi que les médicaments relaxants prescrits par le médecin.

Votre transfert à la **salle d'opération** se fera dans votre lit.

L'intervention

L'intervention dure en moyenne 1h30 mais vous devez savoir qu'il y a toute une préparation avant, et qu'après l'intervention vous séjournerez quelques heures à la **salle de réveil**. Une infirmière veillera sur vous en permanence; elle contrôlera votre tension artérielle, votre pouls, votre état de conscience et vous administrera des antidouleurs en fonction de vos besoins et selon la prescription du médecin.



Dès votre retour dans le service

Vous constaterez la présence:



- ~ d'un pansement au niveau de la cicatrice.
- ~ éventuellement de drains (fins tuyaux de plastiques souples reliés à des bouches de plastique, fixés dans le pansement et qui évacuent l'excès de liquides sanglants de la cicatrice).



- ~ d'un cathéter (fin tuyau de plastique placé dans une veine par où coulent les perfusions (Baxters), les transfusions de sang éventuelles, les antibiotiques et les antidouleurs).

- ~ D'un bloc crural (anesthésie locale) + pompe volumétrique (avec antidouleur). Le bloc crural consiste en l'injection d'un anesthésique local dans la gaine nerveuse de 3 nerfs desservant le membre inférieur. La pompe munie d'un réservoir contenant un médicament antidouleur peut être actionnée par un bouton poussoir que vous aurez en main. Chaque fois que vous pousserez, vous recevrez une dose d'antidouleur. La pompe sera programmée par l'anesthésiste de sorte que les doses soient adaptées à vos besoins; **vous ne courez donc aucun risque de**

surdosage. Vous garderez cette pompe 2 jours et ensuite, un relais sera assuré par d'autres antidouleurs.

- ~ Vous serez surveillé régulièrement par l'infirmière.
- ~ Nous vous signalerons quand le médecin vous permettra de boire et de manger; généralement, vous pourrez boire et manger un repas léger le jour même.



Durant le séjour

- ~ Pour éviter l'inflammation au niveau de la cicatrice une poche de glace sera appliquée sur le pansement; durant tout le séjour
- ~ Afin d'éviter les phlébites nous vous ferons chaque jour une piqûre dans la peau de l'abdomen.
- ~ Des prises de sang de contrôle peuvent être réalisées.
- ~ Le personnel vous aidera à réaliser votre toilette.
- ~ Selon les instructions du chirurgien et en fonction de l'heure de l'intervention, le kinésithérapeute viendra vous lever et vous faire faire quelques pas en fin de journée.



Osez nous parler de votre douleur, ce sont vos mots qui vont nous aider à vous comprendre et à vous soulager.



Soyez rassurés, différents médicaments sont prévus en fonction de ce que vous ressentez comme douleur. N'hésitez pas à en parler avec les infirmières afin de vous éviter des douleurs que les médicaments disponibles permettent de maîtriser.

Pour mesurer l'intensité de la douleur, nous vous proposons :

- ~ soit de la coter sur une échelle de 0 (absence de douleur) à 10 (douleur maximale imaginable)
- ~ soit de choisir le mot qui correspond le mieux à son intensité : absente, faible, moyenne, forte, très forte
- ~ soit d'utiliser une réglette d'évaluation (les explications vous seront données par les infirmières du service)

Dans les jours qui suivent l'opération, nous retirerons les drains (si présents) et vous serez conduit au service de radiologie afin d'y réaliser une radiographie de contrôle du genou opéré.

Pendant le reste du séjour vous aurez une rééducation progressive mais aussi du repos. Le kinésithérapeute, vous expliquera comment marcher avec le cadre de marche et les béquilles. Il vous apprendra également comment monter et descendre les escaliers avec les béquilles.

Pour la sortie

Si votre état de santé le permet, après environ 3 jours, vous pourrez quitter le service vers votre domicile, le service de revalidation ou une maison de convalescence. **Le service social vous aide dès à présent à trouver la solution la plus adéquate pour vous.**

Le chirurgien vous donnera



- ~ la prescription pour les injections journalières en prévention des phlébites,
- ~ la prescription pour les soins infirmiers: la réalisation des injections la réfection du pansement et la toilette (si nécessaire),
- ~ la prescription pour les séances auprès du kinésithérapeute,
- ~ et tout autre papier nécessaire au suivi à domicile ou pour le transfert en convalescence ou revalidation (fiche de liaison).

Un courrier reprenant les informations pour assurer le suivi éventuel sera envoyé à votre médecin généraliste traitant.

Attention, le retour à domicile peut s'effectuer en voiture mais en tant que passager et non conducteur.

6. APRÈS LE SÉJOUR À LA CLINIQUE

Que prévoir pour le retour à domicile ?

- ~ le recours à une infirmière à domicile pour la réalisation des injections journalières en prévention des phlébites **et ce dès le jour du retour, n'oubliez pas de le préciser lors de la demande**
- ~ une assistance éventuelle pour la toilette
- ~ n'hésitez pas à en **parler** avec le service social
- ~ un kinésithérapeute au plus tard le lendemain de votre retour à voir avec votre médecin généraliste traitant. N'hésitez pas à demander conseil au kinésithérapeute du service



Le suivi par le chirurgien

Vous garderez les fils à la cicatrice pendant 15 jours.

Les fils seront retirés soit lors de la visite de contrôle avec le chirurgien, soit par l'infirmier des soins de plaie (prendre RDV au 087 21 37 03).

Vous reviendrez voir le chirurgien à la date qu'il conviendra avec vous.

Surveillance particulière

Contactez votre médecin traitant si votre état de santé se dégrade ou si vous faites de la fièvre.

Faites soigner tout foyer d'infection :



- ~ infection urinaire
- ~ caries dentaires
- ~ grippe, angine
- ~ ongles incarnés
- ~ ulcères aux jambes...

Toute infection non traitée pourrait nuire à votre prothèse.

Pour toute question après votre hospitalisation, vous pouvez contacter l'infirmier de post-hospitalisation au 087 21 38 08

NOTES PERSONNELLES

[illegible]

NOTES PERSONNELLES

[illegible]

CHC.be

NOUS PRENONS
SOIN DE VOUS



Clinique CHC Heusy
rue du Naimeux 17
4802 Heusy
087 21 31 11

ver286_RAAC_PTC_3

CHC Clinique CHC
HEUSY

Votre hôpital
est membre
du réseau de santé **move**