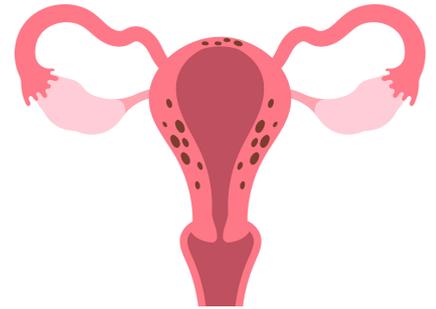


# CHIRURGIE ABDOMINALE ET GÉNÉRALE

## CONSIGNES POSTOPÉRATOIRES

### *Hystérectomie*



Chère patiente,

Vous avez été opérée d'une hystérectomie.

Voici quelques consignes et remarques importantes pour votre retour à domicile.

### ACTIVITÉS À DOMICILE OU PROFESSIONNELLES

- Evitez les efforts de portée ou de poussée (charges lourdes - pas plus de 5 kg ) pendant une période de 4 à 6 semaines ;
- Vous serez en arrêt de travail entre 2 et 4 semaines en fonction de vos activités professionnelles et de la décision prise avec votre chirurgien. Vous recevrez deux certificats d'incapacité totale de travail, un avec le diagnostic pour votre mutuelle et un sans diagnostic pour votre employeur ;
- Evitez de conduire pendant une période de quelques jours après une anesthésie générale ;
- Déplacez-vous régulièrement et faites des exercices de marche afin d'éviter l'apparition de phlébite dans les membres inférieurs.
- Vous devez éviter les rapports sexuels pendant 4 à 6 semaines.

### PANSEMENTS

Si vous avez des agrafes :

- Demandez à votre médecin traitant de retirer les agrafes sur les cicatrices entre le 2ème et le 5ème jour postopératoire, sauf consignes contraires de votre chirurgien ;
- Jusque-là, ne mouillez pas les pansements et ne les changez que si nécessaire ;
- Demandez à votre médecin traitant de placer des Steri-Strips sur les cicatrices (à garder encore pendant une semaine à 10 jours après le retrait des agrafes).

Si vous avez de la colle chirurgicale (pellicule transparente qui maintient votre plaie fermée jusqu'à sa cicatrisation) :

- Ne touchez pas ou n'enlevez pas la colle. Celle-ci se détachera toute seule pour disparaître totalement ;
- Les douches sont autorisées, mais la plaie ne peut être mouillée que pendant quelques minutes. Savonnez-vous délicatement puis séchez-vous en tamponnant avec une serviette douce ;
- N'appliquez aucun pansement, pommade ni aucune crème sur la pellicule de colle ;
- Prévoyez une visite vers le 15ème jour postopératoire chez le médecin traitant pour un contrôle de la plaie et enlever les éventuels résidus de colle.

Si vous avez des fils (avec ou sans strips) :

- Désinfectez la plaie toutes les 48h et présentez-vous chez votre médecin traitant pour contrôler la bonne cicatrisation et retirer les fils éventuels sur la ou les cicatrices à partir du 10ème jour postopératoire ;
- Demandez à votre médecin de placer des Steri-Strips sur les cicatrices (à garder encore pendant une semaine à 10 jours après le retrait des fils).

## RÉGIME ALIMENTAIRE

- Suivez les consignes données par la diététicienne ;
- L'alcool est déconseillé pour une durée de 4 semaines après l'intervention.

## DOULEURS ET MAUX ÉVENTUELS

- Douleurs dans l'abdomen ou au niveau de la cicatrice : cette douleur doit progressivement diminuer. Prenez un traitement antidouleur systématique les premiers jours après la sortie ;
- Fièvre (>38°) : contactez votre chirurgien et/ou présentez-vous aux Urgences ;
- Pertes de sang en faible quantité par voie vaginale ou écoulements vaginaux malodorants.

## TRAITEMENT DE SORTIE

Vous allez recevoir une prescription pour :

- Des médicaments antidouleurs (respectez bien les posologies !) ;
- Éventuellement, des injections sous-cutanées d'héparine fractionnée (Clexane ou Fraxiparine). La dose de l'injection est calculée en fonction de votre poids, de vos facteurs de risque cardio-vasculaires et de vos antécédents. Prenez contact avec un(e) infirmier(e) à domicile pour réaliser ces injections d'anticoagulants pendant 10 à 20 jours postopératoires au même moment de la journée.

## RENDEZ-VOUS POSTOPÉRAIRE

Vous serez revue par votre chirurgien entre 10 et 30 jours après l'opération, en fonction du diagnostic.

## EN CAS DE PROBLÈME ...

Si vous présentez les symptômes suivants :

- Fièvre ;
  - Frissons ;
  - Douleurs abdominales importantes qui ne passent pas après la prise d'antidouleurs classiques ;
  - Infection au niveau de la cicatrice ;
  - Écoulement de liquide par la cicatrice ;
  - Douleurs thoraciques ou une gêne importante à la respiration ;
  - Saignements vaginaux abondants ou malodorants.
- 
- ➔ En premier lieu, vous pouvez contacter et/ou revoir votre chirurgien ou un membre de l'équipe chirurgicale.
  - ➔ En second lieu, vous pouvez contacter votre médecin traitant.
  - ➔ En cas de problème aigu, rendez-vous aux Urgences. Le service des Urgences est ouvert 7 jours/7 et 24 heures/24.
  - ➔ Si vous souhaitez transmettre un message à votre chirurgien après votre retour à domicile, contactez le secrétariat de Chirurgie au 085 27 71 54 (entre 08h00 et 15h30).