

# Réhabilitation améliorée après chirurgie

## Chirurgie de prothèse totale de genou

### Carnet de bord

*Ce carnet de bord contient les documents nécessaires à chaque étape de votre prise en charge. Merci de le conserver et le présenter à chaque rendez-vous*

**Anesthésiste :**

Consultation prévue le : ...../...../..... à .....h.....

*Tel secrétariat :*

**Chirurgien :**

Consultation prévue le : ...../...../..... à .....h.....

*Tel secrétariat :*

**Infirmière (Bureau consultation paramédicale**

3ème étage – Ascenseur C) :

Consultation prévue le : ...../...../..... à .....h.....

*Tel : 02.51.17.12.72*

*Si possible, merci de venir accompagné*

**Date admission :** ..... / ..... / .....

*Heure : ..... / .....*

### Le parcours de soin

L'explication de votre parcours de soin avant, pendant et après l'hospitalisation permettra une réhabilitation améliorée.

L'hôpital mieux et moins longtemps.

La Réhabilitation Améliorée Après Chirurgie (RAAC), met en œuvre différentes mesures qui ont scientifiquement fait la preuve de leur efficacité, réduisant notamment les risques de complications générales et pouvant réduire la durée de votre séjour hospitalier.

### Un travail d'équipe

Toute l'équipe : chirurgien, anesthésiste, secrétaires, infirmières, aides-soignants, kinésithérapeutes, assistantes sociales, est unie pour faire réussir cette réhabilitation améliorée.

Une information renforcée vous sera délivrée à vous et à vos proches dès les premières consultations pour que vous deveniez l'acteur de votre parcours de soins.



## Avant votre hospitalisation, vous rencontrerez

### ➤ Le chirurgien

- Il confirmera l'indication chirurgicale.
- Il s'assurera des possibilités d'un retour à domicile.
- Il vous informera oralement des bénéfices / risques et vous remettra des documents d'information papier et informatique ([www.chirothojulesverne.fr](http://www.chirothojulesverne.fr))
- Il vous inscrira, si vous le souhaitez, dans un parcours de soins sur Internet (BEPATIENT) permettant votre suivi en pré et post-opératoire

### ➤ L'anesthésiste ([www.anesthesie-clinique-jules-verne.fr](http://www.anesthesie-clinique-jules-verne.fr))

- Il confirmera la possibilité de l'intervention
- Il expliquera :
  - les différentes modalités d'anesthésie et de lutte contre la douleur,
  - les méthodes conduisant à une récupération rapide de vos moyens juste au décours de l'intervention.

### ➤ Les spécialistes associés

- Cardiologues, dentistes et autres médecins en fonction de vos pathologies associées
- Radiologues.
- Mais également une **infirmière coordinatrice**, issue du service d'hospitalisation, spécialement formée pour revoir avec vous et vos proches :
  - Votre parcours détaillé entre votre entrée et votre sortie de la clinique.
  - Les formalités d'entrée et de sortie.
  - Les nécessités d'hygiène avant et après l'hospitalisation et listera les conditions personnelles et les mesures à mettre en œuvre pour un retour à domicile ou plus rarement une convalescence.

Et se rapprocher des organismes sociaux si nécessaire pour étudier avec vous l'éloignement des centres de soins médicaux et paramédicaux qui seront nécessaires en post-opératoire ou près de votre domicile.

- Pour la **kinésithérapie**, une fiche d'exercices vous sera remise lors de la consultation chirurgicale.

### Affaires à apporter à l'entrée :

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Bas de contention (x1 ou 2)  | <input type="checkbox"/> Médicaments dans les boîtes + ordonnance     |
| <input type="checkbox"/> Radios et IRM (clichés, CD, ...)   | <input type="checkbox"/> Boîtes pour prothèses (auditives, dentaires) |
| <input type="checkbox"/> Carte de groupe sanguin  | <input type="checkbox"/> Chaussures types « crocs »                   |
| <input type="checkbox"/> Attelle si prescrit  | <input type="checkbox"/> Cannes anglaises                             |
| <input type="checkbox"/> Compte-rendu cardiologue et compte-rendu dentiste si non donné au chirurgien ou à l'anesthésiste |   |

## Pendant votre hospitalisation

### ➤ Le jour de votre intervention

Les nouvelles techniques d'anesthésie complémentaire (anesthésie loco-régionale, infiltration locale d'anesthésiant) permettront :

- D'ôter précocement toutes les perfusions.
- Si l'intervention s'est déroulée le matin :
  - Glaçage par attelle réfrigérante
  - Mobilisation le jour même de l'intervention permettant d'effectuer quelques pas
  - Le soir, le repas vous sera servi dans la mesure du possible au fauteuil
- Si l'intervention s'est déroulée l'après-midi :
  - Glaçage par attelle réfrigérante

Le soulagement de votre douleur sera une préoccupation majeure du personnel soignant. Vous participerez à l'évaluation de cette douleur et le traitement sera adapté immédiatement en conséquence (apprentissage de l'utilisation du cathéter périmerveux antalgique)

### ➤ Le lendemain de l'intervention

#### \*Le matin :

- Glaçage et mobilisation active et passive du genou
- Lever et début de la marche avec béquillage (selon les recommandations du chirurgien, éventuellement avec une attelle pour une courte durée)
- L'appui sera le plus souvent total sur votre membre inférieur opéré.
- Vous serez incité à vous mettre au fauteuil plus qu'au lit en tenue confortable (prévoir pyjashort ou tee-shirt/short ou chemise de nuit).

#### \*L'après-midi :

- Béquillage
- Exercices d'auto rééducation

### ➤ Le troisième jour

vous devez redevenir absolument le plus autonome possible afin de récupérer une extension complète et une flexion avoisinant les 70 -90°.

- Marche avec le kinésithérapeute.
- Pratique des escaliers.
- Auto-rééducation : marche individuelle avec les cannes anglaises
- Vérification de l'autonomie qui doit être acquise.

### ➤ A partir du 4ème jour

90% des patients sont sortants.

Vous serez capable de marcher sur le plat avec ou sans attelle en confiance.

### ➤ Avant la sortie

On vérifiera avec vous tous les acquis permettant votre sortie à domicile  
Les documents nécessaires vous seront remis

Vous venez de sortir de la Clinique Jules Verne et vous rentrez à votre domicile après la pose d'une prothèse totale de genou.

### Avant la sortie, un ensemble d'ordonnances vous a été remis

- Les ordonnances de pansements et d'antalgiques, prescrits par le chirurgien
- L'ordonnance de soins infirmiers à domicile, prescrite par le chirurgien
- L'ordonnance d'anticoagulant prescrite par les anesthésistes.
- L'ordonnance de kinésithérapie.

### Le suivi

- Si vous êtes inscrits sur le logiciel Be-patient, vous renseignerez, vous ou vos proches, au quotidien, les paramètres de surveillance qui vous seront proposés jour après jour par le logiciel informatique.
- L'infirmière dédiée au suivi de la RAAC (Réhabilitation Améliorée Après Chirurgie) vous appellera à votre domicile au deuxième jour après votre sortie.
- Vous devrez comme convenu joindre votre médecin traitant au 8ème jour post-opératoire pour lui donner de vos nouvelles, voire le consulter.
- Le rendez-vous auprès de votre chirurgien vous sera donné (entre 4 et 6 semaines selon les chirurgiens).

### Les situations où il faut s'inquiéter

Dans les premiers jours et les premières semaines de votre retour à domicile, vous devrez spécialement relever et surveiller :

- La fièvre : toute température supérieure à 38.5 et / ou frissons doivent être signalés.
- La plaie opératoire : toute plaie rouge, chaude, toute plaie suintante doit être signalée au plus tôt. En aucun cas il ne faudrait prendre d'antibiotique sans en avertir au préalable le chirurgien ; seule l'équipe chirurgicale est habilitée à prescrire des antibiotiques dans les suites de l'intervention.
- Les œdèmes ou hématomes sont très fréquents après une prothèse de genou. Ils sont à signaler s'ils augmentent de volume.
- Une douleur subite du mollet, plus ou moins associée à un gonflement plus ou moins associé à une gêne respiratoire doit être immédiatement signalée.
- La douleur du genou: Les douleurs sont fréquentes après une prothèse de genou. Une augmentation de la douleur, d'autant plus si elle est nocturne et persistante malgré la prise régulière d'antalgiques et conforme aux prescriptions, doit être signalée.

**Le numéro d'appel d'urgence 24h/24 et 7j/7 est :  
02 51 17 18 70 (service d'orthopédie)  
Apportez ce document lors de votre hospitalisation.**