



Institut de chirurgie spécialisée de Montréal

Recommandations en vue d'une chirurgie de l'épaule

Veillez lire attentivement les recommandations en prévision de votre intervention. **Il est très important** de respecter les consignes afin d'obtenir les meilleurs résultats possibles et que votre chirurgie ait lieu.

Vous recevrez une confirmation téléphonique vous indiquant l'heure à laquelle vous présenter à notre clinique le vendredi ou le lundi précédant le jour de votre chirurgie.

7 à 10 jours avant l'intervention (selon les directives de votre chirurgien)

- Ne prenez pas d'Aspirine, Ibuprofène (Advil®, Motrin®, Aleve®), Naprosyn®, Diclofenac® ou autres anti-inflammatoires prescrits par un médecin;
- À noter que l'acétaminophène (Tylenol®) est autorisé jusqu'au jour de l'intervention;
- Vous devez nous mentionner toute prise de produits naturels, suppléments et/ou vitamines et les éviter;
- Ne pas consommer d'alcool, à moins d'indications individualisées différentes par votre chirurgien;
- Si l'arrêt complet vous est impossible, diminuez au maximum la consommation de tabac, drogues et cannabis;
- Pour toutes les chirurgies orthopédiques, les chirurgies de mains et de poignet ainsi que les chirurgies des seins vous devrez vous procurer un **savon à base de chlorhexidine** à la pharmacie. Nettoyez le site à opérer **la veille au soir et le matin même** de la chirurgie. Évitez toutes crèmes et huiles de corps à partir du moment que vous débutez l'aseptisation avec ce savon.

Jour de l'intervention

- **Le jeûne doit être ABSOLU (aucun solide, ni liquide, ni eau), depuis minuit la veille de l'anesthésie;**
- Répétez à nouveau le nettoyage à la Chlorhexidine de l'épaule;
- Un test de grossesse sur un échantillon d'urine sera fait sur place le matin même chez toute patiente de 50 ans et moins à l'exception des patientes ayant subi une hystérectomie. Conséquemment, évitez d'uriner juste avant votre admission;
- Votre bras sera sous l'effet de l'anesthésie et donc impossible à mobiliser et sera maintenu par une attelle. Veuillez prévoir un chandail très ample afin de laisser votre bras sous le chandail. Prévoyez un soutif sans bretelle, si possible.
- Les souliers à talons plats sont obligatoires (pas de talons hauts) et il est conseillé de ne pas mettre de maquillage, ni bijoux, ni accessoires à cheveu;
- Le vernis à ongle n'est pas recommandé. Vous devez avoir minimalement un ongle naturel par main;
- Il est permis d'apporter un divertissement silencieux pour passer les temps libres (livres, sudoku, magazine, ect). Par respect pour les autres patients autour, il est **interdit d'utiliser le téléphone** dans la salle de réveil;
- Vous serez avec nous, environ une durée de 5 à 6 heures. Toutefois, ceci ne demeure qu'une approximation.

Jour de l'intervention (suite)

- Dans tous les cas, vous devez toujours être accompagné lors de votre départ
- Ne pas conduire un véhicule moteur ou opérer de la machinerie pendant les 24 heures suivant l'anesthésie.
- Vous ne devez pas être seul pour votre première nuit à la maison (obligatoire).

Planification de votre sortie ainsi que les jours suivants

- Il pourrait vous être utile de vous procurer de l'acétaminophène (Tylenol®) au besoin;
- Le pansement doit rester complètement sec et propre les premiers jours suivant la chirurgie. Il faudra donc prévoir des sacs de plastique ou de la pellicule plastique afin d'adapter les douches si la région opérée le permet;
- Prévoir des compresses de glace (Sac Magique®, sacs de blessures allant au congélateur, etc.) qui seront à débiter dès votre retour, au besoin;
- La prise d'antidouleurs après votre intervention pourrait entraîner de la constipation. Il est suggéré d'ajouter à votre alimentation plus de fibres, plus de fruits, de boire plus d'eau et/ou du jus de pruneaux dès le premier jour afin de la prévenir. Si vous avez déjà au préalable des problèmes de constipation, consultez votre pharmacien pour davantage de conseils;
- Des anti-nauséux de type Graval® sont également recommandés car l'anesthésie et/ou les analgésiques causent parfois des nausées;
- Il est fortement déconseillé de conduire un véhicule moteur, d'opérer de la machinerie lourde ou de prendre d'importantes décisions durant les 24 heures suivant l'anesthésie ainsi que durant la période de prise de médicaments pour la douleur ou les nausées;
- La position semi-assise lors de vos premières nuits est fortement recommandée (ex : dans un fauteuil inclinable ou encore au lit avec plusieurs oreillers/coussins). Il n'y a aucune contre-indication à dormir en position horizontale, ajustez-vous à votre niveau de confort.

Si l'un des prérequis ci-haut mentionnés n'est pas respecté, nous nous réservons le droit de ne pas procéder à l'intervention.

Un membre de l'équipe médicale vous contactera prochainement afin de compléter votre dossier et pour répondre à vos questions.

Au plaisir de vous accueillir bientôt !!

Pour nous joindre : 514-737-6100
6100 avenue du Boisé, suite 112, Montréal, H3S 2W1
Stationnement souterrain gratuit