



## Institut de chirurgie spécialisée de Montréal

### Recommandations en vue d'une reconstruction du LCA (Ligament Croisé Antérieur)

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 la chirurgie (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 produit naturel, suppléments et/ou vitamines et les éviter;
- Ne consommez pas 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;
- 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 la chirurgie

- **Le jeûne doit être ABSOLU (aucun solide, ni liquide, ni eau), depuis minuit la veille de l'anesthésie;**
- Il est **obligatoire d'avoir avec vous des béquilles lors de votre admission;**
- 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;
- Laissez vos bijoux et piercings à la maison. Le maquillage et le vernis à ongle sont à proscrire pour toutes chirurgies du visage et ne sont pas recommandés pour toutes autres chirurgies. Il est nécessaire d'avoir au moins un ongle naturel sur chaque main;
- Prévoyez des vêtements amples ainsi que des chaussures faciles à enfiler;
- Il est recommandé d'apporter un divertissement silencieux pendant les temps d'attente avant et après la chirurgie (lecture, mots croisés, sudoku, etc.). Par respect pour les autres patients autour ainsi que pour la confidentialité, **il est interdit d'utiliser votre téléphone cellulaire et/ou votre tablette.**

### **Le jour de la chirurgie (suite)**

- Vous serez avec nous approximativement une demi-journée à moins d'indications contraires par le chirurgien ou l'infirmière;
- Dans tous les cas, vous devez être accompagné lors de votre départ et vous ne pourrez pas conduire;
- Nous avons un stationnement souterrain gratuit où votre accompagnateur peut laisser la voiture au moment de revenir vous chercher. Après la chirurgie, vous pourrez y accéder facilement par l'ascenseur.

### **Planification de votre sortie ainsi que les jours suivants**

- Toujours circuler avec vos béquilles pour la durée convenue avec votre chirurgien;
- Le pansement doit rester sec jusqu'à votre rendez-vous de suivi avec votre chirurgien, un rouleau de pellicule plastique pourra vous aider lors de la douche;
- Prévoir des compresses avec glace (Sac Magique®, sacs de blessures allant au congélateur, etc.) qui seront à débiter dès votre retour au domicile;
- Il pourrait vous être utile de vous procurer de l'acétaminophène (Tylenol®) 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 Gravol® sont également recommandés car l'anesthésie et/ou les analgésiques causent parfois des nausées;
- Vous ne devez pas être seul la première nuit suivant la chirurgie;
- 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.

**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 du Boisé, suite 112, Montréal, H3S 2W1  
**Stationnement souterrain gratuit**