

RAAC Orthopédie de hanche et genou : information patient

Madame, Monsieur,

Vous allez bénéficier d'une intervention chirurgicale du genou :

Avant votre hospitalisation :

- Faites les courses pour 3 semaines, ou prévoyez le portage de repas
- Organisez votre espace de vie : rehausseur pour les toilettes, tabouret adapté dans la douche, suppression des tapis...
- Prenez contact avec une aide-ménagère si besoin (par le biais de votre mutuelle) votre infirmière pour les soins à votre retour, le kinésithérapeute. (si vous n'en connaissez pas, nous vous proposerons une liste de professionnels proches de votre domicile)

Faites les séances de rééducation qui vous ont été prescrites.

- Achetez vos cannes, le kiné peut les régler à votre taille et vous apprendre à marcher avec.
- Achetez vos chaussettes/bas de contention
- Prévoyez de la glace (2 packs gel grande taille ou sacs de petits pois surgelés, moins chers mais moins pratiques)

Le jour de votre hospitalisation :

- N'oubliez pas vos cannes et +/- vos chaussettes /bas de contention

Le jour de l'opération :

- Vous serez levé, si vous vous sentez bien, dans l'après-midi (fauteuil, quelques pas dans la chambre) avec l'attelle et un déambulateur.

Le lendemain de l'opération :

- Vous pourrez faire votre toilette au lavabo si vous vous sentez bien.
- Le kiné commencera la rééducation du genou et vous fera marcher avec l'attelle dans le couloir avec le déambulateur puis avec vos cannes dès que possible.

Le deuxième jour :

- La rééducation se poursuit, le kiné vous fera monter et descendre les escaliers avec vos cannes et l'attelle.
- Dès que vous serez déperfusé, vous serez invité à aller marcher seul dans le couloir et vos cannes, en dehors des séances de rééducation et des soins.

Le troisième jour :

- Le pansement sera refait le matin.
- La rééducation se poursuit jusqu'à midi.
- La sortie se fera à 14h

Votre retour à la maison :

- Prévenez (*votre médecin, votre infirmière et*) votre kiné de votre retour.
- Pensez à maintenir votre membre inférieur en déclive quand vous êtes au repos.
- L'attelle peut rester ouverte quand vous êtes au repos, il faut la fermer la nuit et pour marcher.
- Placez de la glace (dans un linge) plusieurs fois par jour sur votre genou.
- Allez marcher avec vos cannes et l'attelle en dehors des séances de rééducation. Votre kiné vous donnera le feu vert pour marcher sans l'attelle puis sans les cannes.