

Opération du sein

Nous vous fournissons les instructions ci-dessous pour vous aider à planifier vos soins et votre rétablissement après votre opération.

1. Un adulte responsable devrait vous raccompagner à la maison et passer la nuit avec vous.
2. Assurez-vous de bien vous reposer pendant les quelques jours suivant l'opération. Reprenez vos activités habituelles graduellement.
3. Il est important de faire des exercices avec le bras tous les jours conformément aux instructions de votre médecin.
4. Dans les 24 heures suivant l'opération, vous ne devriez pas conduire un véhicule à moteur, utiliser de la machinerie ou exécuter des tâches qui exigent de l'habileté, de la coordination ou du jugement ni prendre de décisions de nature juridique.
5. Prenez tous vos médicaments habituels comme vous les preniez avant votre opération, à moins d'indication contraire.
6. Prenez les antidouleurs tels qu'ils vous ont été prescrits. Tâchez de prévenir la constipation en consommant des aliments riches en fibres, en buvant beaucoup de liquides et en utilisant un laxatif émollient ou un léger laxatif au besoin. Votre pharmacien peut vous aider à choisir les produits nécessaires.
7. Reprenez votre régime alimentaire ordinaire dans la mesure où vous pouvez le tolérer. Pendant les 24 heures suivant votre opération, ne consommez pas de boissons alcoolisées, y compris de la bière et du vin, ni de drogues à usage récréatif.
8. Il est important de vous vider la vessie (uriner) dans les six heures suivant votre retour à la maison. Si vous n'urinez pas, allez au service des urgences de l'hôpital le plus près.
9. La solution utilisée pour nettoyer votre peau avant l'opération pourrait y avoir laissé des traces de couleur. Il suffit de vous laver la peau avec de l'eau et du savon pour les faire disparaître.
10. Gardez en place le tissu qui enveloppe votre poitrine pendant cinq jours. Une fois que le chirurgien l'aura enlevé, portez un soutien-gorge de maintien ferme pendant le mois qui suit, même la nuit.
11. Si vous avez des bandes adhésives Steri-Strip, elles tomberont au bout de deux semaines. Surtout, laissez-les tomber d'elles-mêmes; ne les enlevez pas.

Opération du sein

12. Si on vous a installé un drain, suivez les instructions suivantes :

Lorsque vous videz le réservoir du drain, vous devriez noter la quantité et les caractéristiques du liquide pour en informer votre médecin.

13. Si votre incision va jusqu'aux aisselles, évitez d'utiliser du déodorant jusqu'à ce qu'on ait enlevé le drain ainsi que les points ou les agrafes.

14. Ne permettez pas qu'on fasse une injection, qu'on installe un cathéter d'intraveineuse, qu'on fasse une prise de sang ou qu'on place un brassard de tensiomètre (appareil de mesure de la tension artérielle) sur le bras touché jusqu'à indication contraire de votre médecin.

15. Vous pouvez prendre une douche une fois que vous n'avez plus de pansement. Séchez l'incision en la tapotant doucement avec une serviette.

16. Appelez votre médecin ou obtenez des soins médicaux dans les situations suivantes :

- Vous avez des signes d'infection, par exemple une fièvre et des frissons.
- Il y a une rougeur, une enflure, une intensification de la douleur autour de l'incision ou, encore, un saignement excessif ou un écoulement provenant de l'incision.
- Vous avez une toux, un essoufflement ou une douleur à la poitrine.
- Vous éprouvez une douleur que vous n'arrivez pas à maîtriser avec les médicaments qu'on vous a donnés.
- Vous avez des nausées ou des vomissements que vous n'arrivez pas à maîtriser ou qui persistent pendant plus de deux jours après l'opération.
- Vos jambes, vos pieds ou vos mollets sont douloureux ou enflés.

Si vous avez des inquiétudes :

... appelez votre chirurgien ou votre médecin

... ou appelez Télésanté, au 1 866 797-0000

... ou allez au Service des urgences de l'Hôpital général de la baie Georgienne.

17. Le lendemain de votre opération, appelez le bureau de votre chirurgien pour fixer un rendez-vous de suivi dans _____ semaine(s) :

Instructions particulières :
