

CIUSSS de l'Estrie – CHUS

GUIDE DE PRÉPARATION À UNE CHIRURGIE (Adulte)

**Vous devez apporter
ce guide à tous
vos rendez-vous.**

DATE DE VOTRE CHIRURGIE : _____

HEURE D'ARRIVÉE À L'HÔPITAL : _____

ENDROIT : _____

Production

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie –
Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke

Rédaction

Direction des services professionnels

Révision

Service des communications

Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques

© Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie –
Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke 2021

Certaines images ont gracieusement été fournies par le Centre universitaire de santé McGill (CUSM).
Toute reproduction totale ou partielle est autorisée à condition de mentionner la source.

Mars 2021

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	4
--------------------	---

INFORMATION GÉNÉRALE

Rencontre préparatoire à la chirurgie	5
Date et heure d'arrivée à l'hôpital pour la chirurgie	7

VOTRE PRÉPARATION

Planification du retour à la maison	9
À apporter pour la chirurgie	10
Activités physiques	12
Alimentation	12
Médication	12
Alcool, tabac et drogue	12
Hygiène préopératoire	13
Rasage préopératoire	13
Diète préopératoire	14
Recommandations nutritionnelles	17

LE JOUR DE LA CHIRURGIE

Heure d'arrivée à l'hôpital	18
Bijoux et produits de beauté	18
Médication	18
Menstruations, test d'urine	18
Accueil à l'unité	19

INTRODUCTION

Votre chirurgie est prévue dans l'une des installations du CIUSSS de l'Estrie — CHUS. L'équipe du Service de chirurgie désire bien vous accompagner dans ce processus.

Ce guide sera votre référence.

Votre préparation est très importante dans le succès de votre chirurgie.



**VEUILLEZ APPORTER CE GUIDE
LORS DE TOUS VOS RENDEZ-VOUS.**

INFORMATION GÉNÉRALE

RENCONTRE PRÉPARATOIRE À LA CHIRURGIE

La rencontre préparatoire consiste à :

- procéder à l'évaluation de votre état de santé par la validation du questionnaire « Bilan de santé » (voir l'encadré ci-dessous);
- faire un bref retour sur la chirurgie proposée;
- revoir ce guide avec vous, et vous donner les recommandations à suivre pour votre chirurgie ainsi que pour le retour à la maison;
- faire les examens et/ou consultations avant la chirurgie, s'il y a lieu.

! Votre chirurgien vous a remis le questionnaire « BILAN DE SANTÉ »? Remplissez-le au mieux de vos connaissances et apportez-le à la rencontre préparatoire à la chirurgie.

Vous ne l'avez pas reçu? Ou vous êtes dans l'impossibilité de répondre à certaines questions? Ne vous en faites pas! L'infirmière de la clinique préparatoire à la chirurgie (préadmission) vous aidera lors de votre rencontre.



Cette rencontre préparatoire sera planifiée quelques jours à quelques semaines avant la date prévue de votre chirurgie. Il se peut que vous n'ayez pas besoin de venir à l'hôpital si vous n'avez pas d'examen et/ou consultation à faire avant la chirurgie. Dans ce cas, l'infirmière vous contactera par téléphone.



Si le chirurgien vous a remis un guide spécifique sur la chirurgie prévue, lisez-le avant votre rencontre préparatoire à la chirurgie. Apportez-le à cette rencontre. Vous pourrez poser vos questions à l'infirmière.

INFORMATION GÉNÉRALE



RENCONTRE PRÉPARATOIRE À LA CHIRURGIE (suite)

Elle peut se dérouler de deux façons :



EN PRÉSENCE À L'HOPITAL

Prévoyez entre 1 h et 4 h (chirurgie d'un jour).
Prévoyez entre 4 h et 6 h (chirurgie hospitalisée).

Soyez accompagné d'un parent ou d'un ami.

À QUOI VOUS ATTENDRE

- Rencontrer l'infirmière de la clinique.
- La possibilité de rencontrer plusieurs professionnels : médecins ou autres intervenants pour établir votre bilan de santé et déterminer vos besoins avant, pendant et après la chirurgie.
- La possibilité de vous soumettre à des examens de laboratoire (prise de sang) et autres (rayons X, électrocardiogramme, etc.).
- Recevoir l'enseignement et les recommandations liés à votre chirurgie.
- Signer le formulaire de consentement aux soins, à la chirurgie ainsi qu'à l'anesthésie.
- Discuter du retour à la maison après la chirurgie.

CE QUE VOUS DEVEZ AVOIR EN MAIN

- **Ce guide de préparation.**
- Le bilan de santé et le guide spécifique à votre chirurgie, si vous les avez reçus.
- Vos cartes d'hôpital et d'assurance maladie.
- La liste de votre médication, mise à jour par votre pharmacien (incluant les médicaments en vente libre et les produits naturels).
- Tous vos médicaments actuels dans leur contenant d'origine ainsi que vos inhalateurs, gouttes, médicaments en vente libre et produits naturels afin que l'infirmière puisse les valider avec vous.



PAR TÉLÉPHONE

Prévoyez entre 10 et 30 minutes.

À QUOI VOUS ATTENDRE

- Parler à une infirmière de la clinique.
- Recevoir l'enseignement et les recommandations liés à votre chirurgie.
- Discuter du retour à la maison après la chirurgie.

CE QUE VOUS DEVEZ AVOIR EN MAIN

- **Ce guide de préparation.**
- Le bilan de santé et le guide spécifique à votre chirurgie, si vous les avez reçus.
- La liste de votre médication, mise à jour par votre pharmacien (incluant les médicaments en vente libre et les produits naturels).

INFORMATION GÉNÉRALE

DATE ET HEURE D'ARRIVÉE À L'HÔPITAL POUR LA CHIRURGIE

La date de la chirurgie vous sera communiquée par téléphone.

Référez-vous au tableau ci-dessous afin de savoir l'heure à laquelle vous devez arriver. La façon de vous transmettre l'information diffère selon les centres hospitaliers.

 HÔPITAUX	 FAÇON DE FAIRE
<p>Hôpital Brome-Missisquoi-Perkins 450 266-4342, option 5, poste 35529</p>	<p>On vous appelle la veille de votre chirurgie entre 15 h et 19 h 30.</p> <p>Chirurgies prévues le lundi : on vous appelle le vendredi entre 15 h et 17 h.</p>
<p>Hôtel-Dieu de Sherbrooke 819 346-1110, poste 21140</p> <p>Hôpital Fleurimont 819 346-1110, poste 14520</p>	<p>Vous devez appeler la veille de votre chirurgie entre 13 h 30 et 15 h.</p> <p>Chirurgies prévues le lundi : veuillez appeler le vendredi entre 13 h 30 et 15 h.</p>
<p>Hôpital de Granby 450 375-8000, poste 62790</p>	<p>Vous devez appeler la veille de votre chirurgie entre 13 h 30 et 15 h.</p> <p>Chirurgies prévues le lundi : veuillez appeler le vendredi entre 13 h 30 et 15 h.</p>
<p>CSSS du Granit 819 580-0330, poste 37797</p>	<p>On vous donne l'information dès votre première rencontre.</p>
<p>CSSS de Memphrémagog 819 843-3381, poste 2535</p>	<p>On vous appelle la veille de votre chirurgie. Pour les chirurgies du lundi, on vous appelle le vendredi.</p>

INFORMATION GÉNÉRALE



En tout temps, il est possible que votre chirurgie soit retardée dans la journée, voire annulée et reportée même si vous êtes sur place.

Nous mettons tout en œuvre pour l'éviter. Malheureusement, il se peut que cela arrive bien malgré nous. Le cas échéant, les infirmières vous indiqueront la marche à suivre.

Avissez-nous!
(au numéro du tableau précédent)

EN TOUT TEMPS SI :

**vous notez un retard menstruel
ou vous croyez être enceinte;**

**vous devez prendre des antibiotiques
avant votre chirurgie.**

LES TROIS (3) JOURS AVANT VOTRE CHIRURGIE, SI :

**vous souffrez de toux, écoulement nasal, mal de gorge,
fièvre, nausée, vomissements ou diarrhée.**

VOTRE PRÉPARATION

PLANIFICATION DU RETOUR À LA MAISON



PRÉVOYEZ VOTRE ACCOMPAGNATEUR.

Pour une chirurgie hospitalisée. Vous aurez deux heures pour quitter la chambre après la signature de votre congé. Vous devrez être accompagné.

Pour une chirurgie d'un jour. L'infirmière vous évaluera et vous dira quand vous pourrez partir. Il y aura certains critères à respecter selon votre chirurgie. Vous devrez être accompagné.



PRÉVOYEZ LA PRÉSENCE D'UN PARENT OU D'UN AMI À LA MAISON.

Nous vous conseillons de ne pas rester seul les premières journées. Il se peut que vous ayez certaines restrictions.

Vous pourriez avoir besoin d'aide pour préparer vos repas, faire le ménage, le lavage, etc.

Si vous avez un réseau social limité, considérez la possibilité d'aller dans une maison de convalescence.



AU BESOIN, APPELEZ VOTRE CLSC.

Vous pouvez communiquer avec le CLSC de votre région afin de vous informer sur les services d'aide communautaire (popote roulante, Réseau d'amis de Sherbrooke pour le transport, coop des services à domicile, convalescence, etc.).



AMÉNAGEZ VOTRE MAISON.

Pour éviter les risques, dégagez les espaces de circulation. Rangez les tapis. Selon la chirurgie pratiquée, vous aurez à prévoir une chambre au rez-de-chaussée si votre domicile le permet. Prévoyez une table de chevet près du lit et du fauteuil afin d'y déposer ce dont vous aurez besoin. Procurez-vous un tapis de bain antidérapant.



FAITES DES PROVISIONS.

Assurez-vous d'avoir suffisamment de nourriture à la maison. Pensez à acheter des repas congelés en portions individuelles ou faites-les vous-même, vous pourrez les réchauffer facilement. Rangez vos provisions de façon à éviter de vous pencher.

Ayez de la glace ou un paquet de petits pois congelés à portée de main afin d'aider à diminuer l'enflure et à contrôler la douleur.



PROCUREZ-VOUS LES FORMULAIRES DONT VOUS AUREZ BESOIN.

S'il y a lieu, nous vous indiquerons à qui les remettre lors de votre passage à l'hôpital (assurance salaire, invalidité, emploi ou autres).

VOTRE PRÉPARATION

À APPORTER POUR LA CHIRURGIE (dans un sac réutilisable)



- Ce guide et celui de votre chirurgie (si vous l'avez reçu)**
- Formulaires dont vous avez besoin (assurance salaire, invalidité, emploi, etc.)
- Liste à jour de vos médicaments fournie par votre pharmacien, s'il y a eu des changements depuis votre rencontre préparatoire



- Cartes d'hôpital et d'assurance maladie

- Lunettes de lecture ou verres de contact

N.B. N'oubliez pas votre boîtier et votre solution saline pour les verres de contact, s'il y a lieu. Vous devrez enlever les verres avant la chirurgie.

**AVEC LEUR BOÎTIER
IDENTIFIÉ À VOTRE NOM**



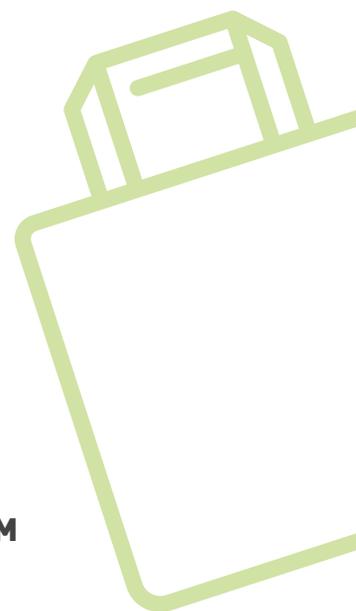
- Appareils auditifs
- Prothèses dentaires
- Vêtements confortables et amples
- Chaussures faciles à enfiler
- Culottes d'incontinence, s'il y a lieu

SI NÉCESSAIRES :



- Canne
- Marchette
- Béquilles

**IDENTIFIÉS
À VOTRE NOM**



VOTRE PRÉPARATION

À APPORTER POUR LA CHIRURGIE (dans un sac réutilisable) (suite)



SI VOUS DEVEZ ÊTRE HOSPITALISÉ, PRÉVOYEZ AUSSI :

- Robe de chambre (suggérée)
- Pantoufles à semelles **ANTIDÉRAPANTES**
- Brosse à dents et dentifrice
- Savon, shampoing et antisudorifique
- Peigne et/ou brosse à cheveux
- Mouchoirs



DANS CERTAINS CAS, VOUS DEVREZ AUSSI APPORTER :

- CPAP ou BIBAP **OBLIGATOIRE** si vous en possédez un. **Si non votre opération sera annulée.**
- Votre échantillon d'urine fraîche du matin de la chirurgie pour analyse, si indiqué par l'infirmière. Procurez-vous le pot d'analyse en pharmacie à un coût minime.
 - Requis Non requis
- Serviettes hygiéniques uniquement, **pas de tampon.**



N'APPORTEZ AUCUN MÉDICAMENT.

Sauf vos pompes d'inhalation et vos médicaments d'exception, s'il y a lieu.

LAISSEZ À LA MAISON VOS OBJETS DE VALEUR.

L'hôpital n'est pas responsable de l'argent ou des objets que vous apportez.

VOTRE PRÉPARATION



ACTIVITÉS PHYSIQUES



Faire de l'exercice avant votre chirurgie peut apporter une grande différence dans votre guérison. Contrôler votre poids et intégrer un programme d'exercices dans votre routine quotidienne ou hebdomadaire (aux semaines) vous aideront grandement. Si vous faites déjà de l'exercice, gardez vos bonnes habitudes. Sinon, commencez graduellement à ajouter des exercices à votre routine.

Les exercices n'ont pas besoin d'être difficiles pour être bénéfiques. Marcher 15 minutes par jour est un bon début.

ALIMENTATION



Mangez de façon équilibrée (selon le Guide alimentaire canadien). Évitez la restauration rapide (*fast food*).

MÉDICATION



Cessez les produits naturels **14 jours avant.**

Cessez les médicaments suivants _____ **jours avant.** _____

Cessez les médicaments suivants _____ **jours avant.** _____

ALCOOL, TABAC ET DROGUE



Cessez de prendre de l'alcool **48 heures avant la chirurgie.**



Cessez de fumer _____ jours avant la chirurgie.

BESOIN D'AIDE?

Rendez-vous sur Jarrete.ca

Cessez de consommer toute drogue _____ jours avant la chirurgie.



ATTENTION / CANNABIS

La consommation de fumée de cannabis avant l'opération entraîne des problèmes d'oxygénation et/ou de ventilation sous anesthésie générale. La fumée de cannabis provoque une hyperréactivité bronchique, avec un risque accru de bronchospasme ou de laryngospasme.

VOTRE PRÉPARATION

HYGIÈNE PRÉOPÉRATOIRE



Lavez-vous la veille avec un savon doux et votre shampoing habituel.

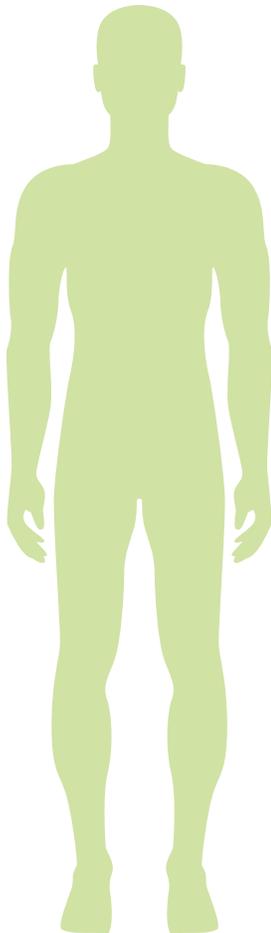
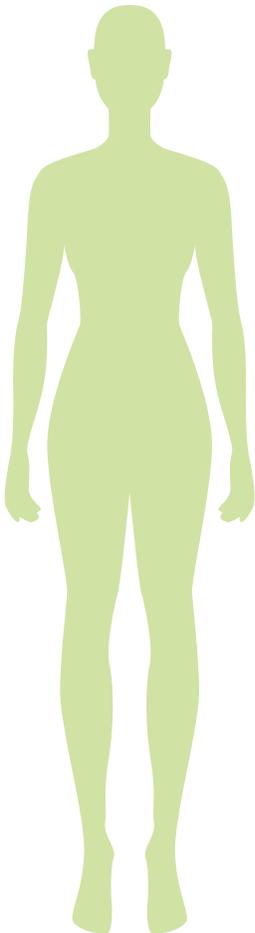
Prenez soin de bien nettoyer votre nombril avec de l'eau savonneuse et des cotons-tiges.

RASAGE PRÉOPÉRATOIRE

- Il n'y a aucun rasage à faire.
- Un rasage de la région à opérer sera nécessaire.
 - Sera fait à l'hôpital par le personnel.
 - Vous devez le faire la veille aux endroits requis.
L'infirmière vous indiquera la zone à raser, le cas échéant.

Devant

Derrière



RISQUE D'INFECTION

Pas de rasoir avec lame.
Utilisez un rasoir électrique.

Même si vous n'avez pas de rasage à faire, il est possible que l'infirmière vous demande de raser votre barbe. Cela dépend du type d'anesthésie choisi par l'anesthésiologiste.

NOTES

VOTRE PRÉPARATION



DIÈTE PRÉOPÉRATOIRE

Veillez suivre l'option enseignée par l'infirmière parmi les quatre (4) suivantes.

OPTION 1

LA VEILLE DE LA CHIRURGIE

Mangez et buvez normalement jusqu'à minuit.

APRÈS MINUIT

Cessez toute consommation. AUCUN liquide ni AUCUN aliment.

SINON VOTRE CHIRURGIE SERA ANNULÉE.



ATTENTION!

**Pour les trois (3) options suivantes,
vous devez cesser de boire une (1) heure
avant d'arriver à l'hôpital.**



VOTRE PRÉPARATION

DIÈTE PRÉOPÉRATOIRE (suite)

□ OPTION 2

LA VEILLE DE LA CHIRURGIE

Mangez et buvez normalement jusqu'à minuit.

APRÈS MINUIT

Cessez toute consommation alimentaire.

Vous pouvez continuer à prendre les boissons proposées ci-dessous.

PAS de produit laitier, **PAS** de jus avec pulpe, **PAS** de supplément nutritionnel.

BOISSONS PROPOSÉES (NON DIÈTES)



- Eau ordinaire, gazéifiée ou sucrée
- Boissons de type Gatorade® et Powerade®
- Limonade **SANS PULPE**



- Jus de fruits **SANS PULPE**
- Thé glacé commercial
- Thé et café **SANS** lait et **SANS** crème

1 HEURE AVANT VOTRE ARRIVÉE À L'HÔPITAL

Cessez de boire et de mâcher de la gomme.



VOTRE PRÉPARATION



DIÈTE PRÉOPÉRATOIRE (suite)

□ OPTION 3

LA VEILLE DE LA CHIRURGIE

Mangez et buvez normalement jusqu'à minuit.

APRÈS MINUIT

Cessez toute consommation alimentaire.

Vous pouvez continuer à boire de l'eau ou les boissons proposées ci-dessous.

PAS de produit laitier, **PAS** de jus avec pulpe, **PAS** de supplément nutritionnel.

BOISSONS PROPOSÉES (NON DIÈTES)

- Thé glacé commercial
550 ml (2 $\frac{1}{4}$ tasses)
- Limonade **SANS PULPE**
500 ml (2 tasses)
- Jus d'orange **SANS PULPE**
500 ml (2 tasses)
- Jus de canneberge
325 ml (1 $\frac{1}{3}$ tasse)
- Jus de pomme
450 ml (1 $\frac{3}{4}$ tasse)



1 HEURE AVANT VOTRE ARRIVÉE À L'HÔPITAL

Choisissez l'une des boissons proposées ci-haut et buvez la quantité indiquée en 10 minutes, puis cessez de boire et de mâcher de la gomme.



VOTRE PRÉPARATION

DIÈTE PRÉOPÉRATOIRE (suite)

□ OPTION 4

LA VEILLE DE LA CHIRURGIE

Mangez et buvez normalement jusqu'à minuit.

APRÈS MINUIT

Cessez toute consommation alimentaire.

Vous pouvez continuer à prendre les boissons proposées ci-dessous.

PAS de produit laitier, **PAS** de jus avec pulpe, **PAS** de supplément nutritionnel.

BOISSONS PROPOSÉES (NON DIÈTES)



- Eau ordinaire, gazéifiée ou sucrée
- Boissons de type Gatorade® et Powerade®
- Limonade **SANS PULPE**



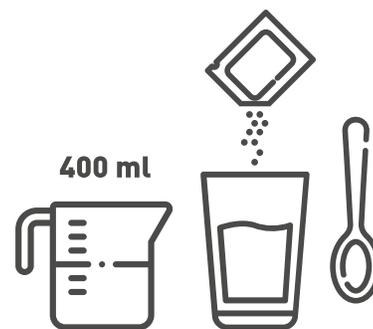
- Jus de fruits **SANS PULPE**
- Thé glacé commercial
- Thé et café **SANS** lait et **SANS** crème

1 HEURE AVANT VOTRE ARRIVÉE À L'HÔPITAL

Buvez la préparation PREcovery® en 10 minutes puis cessez de boire et de mâcher de la gomme. L'enveloppe PREcovery® vous a été remise par l'infirmière lors de la rencontre préparatoire à la chirurgie.

Préparation PREcovery®

Videz le contenu de l'enveloppe dans 400 ml d'eau froide et brassez jusqu'à ce que la poudre soit dissoute. (Ne faites pas le mélange à l'avance).



RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES



Certains patients auront une diète en fonction de leur état de santé. Si c'est le cas, nous vous indiquerons la diète à suivre.

LE JOUR DE LA CHIRURGIE



HEURE D'ARRIVÉE À L'HÔPITAL



Suivez les indications pour l'heure d'arrivée à l'hôpital.

N'ARRIVEZ PAS PLUS TÔT. Il y a un délai d'attente qui est variable selon les cas.

Vérifiez que votre chirurgie n'est pas annulée avant de laisser partir votre accompagnateur.

BIJOUX ET PRODUITS DE BEAUTÉ



PAS de bague, chaîne, boucles d'oreilles ni *piercing*.

PAS de maquillage, vernis à ongles, crème hydratante ni parfum.

MÉDICATION



Prenez votre médication habituelle,

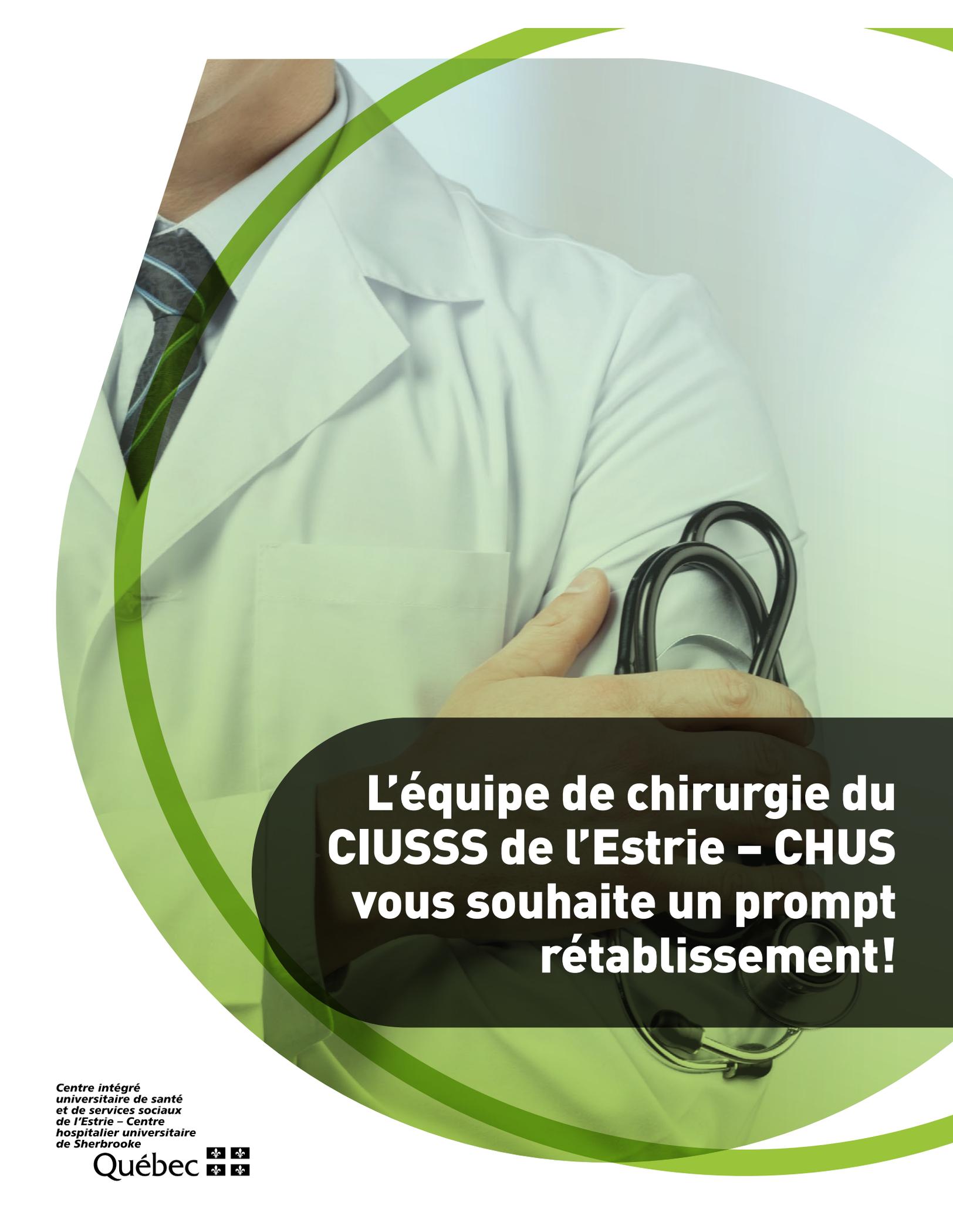
sauf les médicaments cessés en page 12 et les suivants :

MENSTRUATIONS, TEST D'URINE (dans certains cas)



Si vous êtes en période menstruelle, ne mettez pas de tampon; plutôt une serviette hygiénique et avisez l'infirmière.

Si on vous l'a demandé, apportez un échantillon d'urine fraîche du matin dans un pot d'analyse que vous avez acheté d'avance à la pharmacie.



**L'équipe de chirurgie du
CIUSSS de l'Estrie – CHUS
vous souhaite un prompt
rétablissement!**

*Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke*

Québec 