

Information des patients

Ce que vous devez prendre en compte avant l'opération



→ **Modification de l'état de santé** : Veuillez informer votre chirurgien dès que possible si vous constatez une évolution de la maladie ou si d'autres pathologies sont survenues après votre entretien préliminaire, même si elles ne concernent pas la main. Cela s'applique particulièrement aux infections (p. ex. pneumonie, infection des voies urinaires supérieures, etc.).

→ **Tabac** : Diminuez votre consommation de cigarettes autant que possible à partir de 4 semaines avant l'opération. L'idéal serait un sevrage complet. La cicatrisation des plaies et des os en bénéficie directement car vos tissus sont alors mieux vascularisés en l'absence de consommation de tabac ; vous influencez ainsi activement le processus de cicatrisation. Adressez-vous éventuellement à votre médecin traitant.

→ **Trajet aller/trajet retour** : Prévoyez un accompagnement pour vos trajets aller et retour. Vous n'êtes pas autorisé(e) à conduire un véhicule après votre opération.

→ **Alimentation** :
Quelques jours avant l'opération, veillez à une alimentation riche en vitamine C.

→ **Soins cutanés** : Soignez suffisamment votre peau les jours précédant l'opération, en particulier si vous avez la peau sèche. Les plaies cutanées, qu'elles soient de survenue brutale ou chroniques, augmentent le risque d'infection. Informez votre chirurgien si vous avez une plaie lors de l'opération prévue.

→ **Horaire** : Vous serez informé(e) de l'heure de votre convocation pour l'opération la veille de l'opération, avant 15 heures. Si notre équipe ne parvient pas à vous joindre, veuillez vous renseigner directement à partir de 15 heures la veille de l'opération

→ **Secrétariat MANUS** : +41 26 408 71 90

Information des patients

Ce que vous devez prendre en considération le jour de l'opération

- 
- **Soins corporels** : Veuillez prendre une douche ou un bain le jour de l'opération. N'utilisez pas de lotion corporelle ou de crème. Ne rasez pas la zone qui doit être opérée de façon mécanique car les petites lésions cutanées augmentent le risque d'infection. Coupez les ongles de vos mains et ôtez le vernis à ongles. Vous pouvez laisser les ongles en acrylique ou en gel. Ôtez tous vos bijoux et n'emportez pas de grosses sommes d'argent liquide à l'hôpital.
 - **Vêtements** : Pour l'opération, une chemise d'opéré spéciale est prévue. Après l'opération, vous pouvez remettre vos propres vêtements. Pour le choix des vêtements, pensez que vous devrez remettre vos vêtements avec un bandage épais ou un plâtre après l'opération. Nous vous conseillons donc de choisir des vêtements plutôt amples, confortables et simples à enfiler, car l'usage d'une de vos mains sera limité après l'opération. Bien sûr, notre équipe sera présente pour vous aider.
 - **Médicaments** : Pour les opérations prévues avec le personnel d'anesthésie, ce sont leurs instructions qui s'appliquent. Si aucune consigne contraire n'a été formulée, veuillez prendre tous les médicaments, comme il est d'usage, le matin. La recommandation de prise de médicaments « anticoagulants », tels que l'aspirine, Eliquis, Marcoumar, Plavix, Xarelto ou autres, sera également abordée lors de la consultation de planification de l'intervention et éventuellement adaptée en collaboration avec votre médecin traitant.
 - **Recommandations alimentaires** : Pour les opérations effectuées par un chirurgien avec anesthésie locale au poignet ou aux doigts, vous êtes autorisé à prendre un petit-déjeuner léger. Veuillez toutefois vous abstenir de boire de grandes quantités de café ou de thé, de même que de consommer un petit-déjeuner lourd et difficile à digérer. Pour les opérations qui se déroulent avec l'équipe anesthésiste, veuillez vous référer à leurs directives.
 - **Horaire** : Veuillez vous présenter à l'heure.
 - **En salle d'opération** : Avant l'opération, vous serez interrogé(e) sur toutes les données importantes en vue d'un dernier contrôle de sécurité. L'équipe de chirurgie s'assure ainsi de votre identité, du côté à opérer et de l'opération prévue. Dans la plupart des cas, l'opération est effectuée sous garrot pneumatique, en arrêtant la circulation sanguine (« ischémie »). Pour cela, le bras est bandé et une manchette est gonflée sur l'avant-bras afin de faire cesser le flux sanguin dans le bras et la main. Cette « ischémie » induite est arrêtée une fois le bandage posé. Dans la majorité des cas, l'opération est effectuée avec des loupes qui multiplient par 4 l'anatomie de la main. L'ensemble de la procédure assure votre sécurité.

Information des patients

Ce que vous devez prendre en compte après l'opération

→ **Position** : Maintenez la main opérée pendant 2-3 jours en position surélevée au niveau du cœur. Cette position doit être conservée en position allongée, assise et debout. La position surélevée permet d'éviter une enflure trop importante, de prévenir la formation de larges hématomes et réduit les douleurs post-opératoires. En position allongée, vous pouvez poser votre main sur un coussin. Pour que votre main évite de glisser pendant le sommeil, il existe différentes astuces :

- Main placée sur le coussin. Le coussin est coincé entre le mur à côté de votre lit et votre corps
- Main placée sur le coussin à l'intérieur de la housse du coussin
- Sur un grand ou long coussin, qui est fixé sur la main à l'aide d'une épingle de sûreté

→ **La plaie** : Le pansement doit être maintenu sec et propre. Le premier contrôle de la plaie est effectué quelques jours suivant l'opération, le retrait des fils au bout de 2 semaines.

→ **Complications** : Si malgré toutes ces mesures, vous ressentez des douleurs mal calmées par les antidouleurs prescrits, si vous constatez une trop forte enflure ou une éventuelle pâleur, veuillez en informer l'infirmière si vous êtes hospitalisé pour l'opération et n'hésitez pas à contacter votre chirurgien en cas d'opération en ambulatoire. Il pourra par exemple vérifier si le pansement est trop serré.

→ **Mobilité** : Le mouvement de la main est dans la plupart des cas souhaité après l'opération. Le mouvement prévient l'enflure de la main, préserve le glissement des tendons de la main et évite l'ankylose des articulations. Votre médecin vous fournira avant l'opération des indications précises sur les mouvements et le port de charges qui diffèrent selon la pathologie et l'opération (exemple : PDF Six Pack Hand, ATTENTION n'est pas possible / pertinent pour toutes les maladies / opérations).

→ **Médicaments** : Les analgésiques nécessitent un peu de temps pour agir : après la prise, l'estomac résorbe les molécules. Elles sont transportées par voie sanguine avant de déployer leur action au niveau cellulaire. Après l'opération, prenez les analgésiques au plus tard dès que vous ressentez une légère gêne dans la main, une fois l'effet de l'anesthésie dissipé. Vous éviterez ainsi de déclencher le cycle de la douleur.

→ **Vitamine C** : La vitamine C pourrait avoir une action prophylactique sur la survenue du syndrome de douleur post-traumatique ou post-opératoire. Par conséquent, je vous recommande une alimentation équilibrée riche en vitamine C. Commencez quelques jours avant la date de l'opération puis continuez idéalement 5-6 semaines après l'opération.

→ **Accompagnement** : Il est conseillé de ne pas rester seul(e) pendant les premières 24 heures suivant l'opération.

→ **Pour toute question complémentaire, veuillez nous contacter.**

