DOCUMENT D'INFORMATION CLINIQUE

Informations pour votre opération

Image de studiogstock sur Freepik

Lire et apporter ce guide avec vous lors de vos rendez-vous à l'hôpital

Québec

TABLE DES MATIÈRES

Avant votre opération 5
- Après votre rendez-vous avec le chirurgien 5
- Vos rendez-vous 5
- Votre rencontre avec l'infirmière 6
- La date de l'opération 6
- Préparer votre corps à l'opération 7
- Planification de votre retour à domicile 10
- Quoi faire avant mon opération? 11

À l'hôpital 14
- Votre arrivée à l'hôpital 14
- Arrivée à la salle d'opération 15
- Après votre opération 17
- Exercices 18

À la maison 21
- Conseils généraux 21
- Si vous n'avez pas dormi à l'hôpital 22
- Soulager la douleur 22
- Alimentation et hydratation 23
- Prévenir la constipation 23
- Activité physique 24
- Coupures et pansements 24
- Hygiène 24

Aide-mémoire 26

Bientôt, vous allez avoir une opération. Ce guide explique comment vous préparer et comment guérir après votre opération

Dès aujourd'hui, choisissez une personne de votre entourage qui sera votre accompagnateur tout au long des étapes de votre opération. L'accompagnateur doit prendre connaissance de ce guide. Votre accompagnateur doit venir avec vous lors de vos rendez-vous et à votre retour à la maison.

Apportez ce guide lors de vos rendez-vous et de votre opération

C'est vous qui jouez le rôle le plus important. Votre implication dans la préparation de votre opération est importante pour votre guérison.

Étapes de votre parcours

1 Avant votre opération

- Vos rendez-vous
- Préparation de votre corps
- Planification de votre retour à la maison
- Quoi faire avant mon opération

2 À l'hôpital

- Arrivée à l'hôpital
- Opération
- Départ de l'hôpital

3 À la maison

- Conseils généraux
- Signes à surveiller

Images de macrovector official sur Freepik

Avant votre opération

Après votre rendez-vous avec le chirurgien

Après la rencontre avec le chirurgien, une personne de l'équipe de soins vous appellera pour vous donner les instructions concernant votre opération.

Si vous avez des questions pendant votre attente et votre opération :

Coordonnées du service de la clinique préopératoire

Ouvert du lundi au vendredi de 8 h à 16 h

Image de macrovector_official sur Freepik

Hôpital de Thetford Mines : 418 338-7777, poste 54234

Hôpital de Saint-Georges : 418 228-2031, poste 37893

Hôpital de Montmagny : 418 248-0630, poste 24523

Hôtel-Dieu de Lévis et Centre Paul-Gilbert : 418 835-7121, poste 13396

Vos rendez-vous

Une personne vous appellera si vous avez besoin de voir une infirmière, de passer des examens ou de rencontrer un médecin spécialiste.

Vous devez être accompagné lors de vos rendez-vous.

Image de macrovector sur Freepik

Prenez en note vos dates de rendez-vous.

Image de Iconic Panda sur Freepik

	Date du rendez-vous	Heure	Endroit
1.			
2.			
3.			
4.			

Votre rencontre avec l'infirmière

Avant votre opération, une rencontre ou un appel téléphonique sera planifié avec une infirmière. Le questionnaire sur votre état de santé sera révisé. L'infirmière vous donnera les instructions à suivre.

Pour cette rencontre, vous devez avoir en main :

- Ce guide
- Une liste de vos médicaments et des produits naturels à jour

Si vous avez des questions, notez-les et n'hésitez pas à les poser à cette rencontre.

La date de l'opération

Une personne vous téléphonera pour vous donner :

- Votre date d'opération
- Votre heure d'arrivée à l'hôpital
- L'endroit où vous devrez vous présenter

Date d'opération : _____
Heure d'arrivée : _____
Endroit où je dois me présenter : _____

Image de Iconic Panda sur Freepik

Dans la semaine (7 jours) avant votre opération, si vous observez les signes suivants, avisez rapidement le personnel de la clinique préopératoire de votre hôpital (coordonnées
ci-haut) :

- Frissons, température
- Envie de vomir, vomissement, selles liquides
- Rhume, toux, grippe
- Douleur en urinant ou mauvaise odeur de l'urine
- Douleur à une dent ou autre problème dentaire
- Nouvelle coupure aux orteils, aux pieds ou à la jambe
- Prise d'un nouveau médicament
- Visite à l'urgence et / ou hospitalisation récente

Il est de **votre responsabilité** de signaler toute situation qui pourrait nuire à votre opération.

Image de macrovector_official sur Freepik

Si, pour toutes autres raisons **non médicales,** vous ne pouvez pas vous présenter à la date de votre opération, veuillez aviser la clinique préopératoire **le plus vite possible** (coordonnée ci-haut page 4).

Images de studiogstock sur Freepik

Préparer votre corps à l'opération

1. Soyez actif, marchez 10 minutes par jour

L'activité physique avant une opération vous aide à récupérer. Elle vous aide à préparer votre corps pour l'opération. Une marche d'au moins 10 minutes par jour est un bon début. Les exercices n'ont pas besoin d'être fatigants pour être efficaces.

2. Mangez des aliments sains

Mangez des aliments riches en protéine et en énergie pour préparer votre corps à l'opération et pour bien guérir après l'opération. Mangez des repas équilibrés aide à avoir des muscles plus forts, guérir les coupures et vous protéger des maladies.

Image de brgfx sur Freepik

Pendant les 4 semaines avant votre opération :

- Prenez 3 repas et 2 collations par jour
- Mangez une source de protéines à chaque repas et collation (ex. : poulet, poisson, haricots rouges, oeufs, lait, fromage, noix)
- Prenez un supplément protéiné de type *Ensure* ou *Boost* entre les repas au besoin
- Buvez 1,5 litre d'eau (6 à 8 verres d'eau) par jour, sauf si votre médecin vous a dit autre chose

3. Arrêtez de fumer la cigarette, le cannabis ou de vapoter

Il est important que vous arrêtiez de fumer au moins **4 semaines avant** l'opération.

Arrêtez de fumer :

Image de juicy_fish sur Freepik

- Diminue la toux, les sécrétions et les essoufflements
- Aide la guérison de la coupure
- Diminue le risque d'avoir une infection

Votre pharmacien et les centres d'abandon du tabac de votre CLSC peuvent vous aider.

Autres références pour arrêter de fumer :

1 866 JARRETE (1 866 527-7383)	Québec sans tabac (quebecsanstabac.ca)	Famille sans fumée (famillesansfumee.ca)	Arrêtez de fumer avec le Défi! (defitabac.ca)

4. Arrêtez de boire de l'alcool

Il est important que vous arrêtiez de boire de l'alcool au moins 4 semaines avant votre opération.

L'alcool :

- Change le fonctionnement de certains médicaments pendant l'opération et après l'opération
- Augmente le risque de saigner
- Rend mêlé après l'opération
- Rend votre douleur plus difficile à soulager

Image de brgfx sur Freepik

Si vous avez déjà fait un sevrage lors de l'arrêt de l'alcool, veuillez en aviser votre médecin ou l'infirmière

Référence pour l'arrêt de l'alcool :

Services spécialisés en dépendance pour les adultes

- 418 774-3329, poste 32403
- 1 888 774-3329, poste 32403

Site Internet Québec.ca Alcochoix+ : https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/alcool-drogues-jeu/alcochoix

Planification de votre retour à domicile

Avant votre opération, il est important de préparer votre retour à la maison.

Vous devez prévoir plusieurs choses :

Image de studiogstock sur Freepik

- Un endroit pour vous reposer avec une salle de bain accessible
- Un thermomètre pour prendre votre température
- Des repas préparés à l'avance
- Avoir à votre portée les objets que vous utilisez chaque jour

Pour éviter de tomber :

- Enlevez les petits tapis ou fixez-les au sol pour qu'ils ne bougent pas
- Faites de la place pour vous déplacer facilement avec une marchette ou avec une canne si nécessaire
- Dégagez les fils électriques qui sont au sol
- Prévoyez des veilleuses (petites lumières) entre la chambre et la salle de bain

Rappelez-vous qu'il pourrait être difficile pour vous de rester seul à domicile.

Il est recommandé d'avoir une ou des personnes pour vous aider en tout temps pendant votre guérison.

Services d'aide à domicile

Des références pour des services comme l'entretien ménager ou la popote roulante (livraison de repas à la maison) sont disponibles.

Vous pouvez téléphoner au 211 ou consulter le site Internet à l'adresse suivante : https://www.211quebecregions.ca/

S’il vous est impossible de trouver de l’aide à la maison

- Parlez-en à votre infirmière de la clinique préopératoire.
- Vérifiez la disponibilité d’un lieu de convalescence. Réservez les dates de votre séjour au besoin dès que votre date d’opération est connue.

Quoi faire avant mon opération?

Le soir avant l’opération

- Prenez une douche ou un bain avec un savon non parfumé :
  - Lavez votre corps en entier, y compris votre nombril, vos parties génitales et vos cheveux
  - Il est possible qu’on vous demande de vous laver avec un savon désinfectant
  - Ne rasez ou n’épilez pas la peau à l’endroit qui sera opéré
- Laissez votre peau au naturel
  - Ne mettez pas de crème, de parfum ou de déodorant
- Mettez des vêtements propres
- Enlevez votre vernis sur les ongles de vos doigts et de vos orteils
- Retirez vos faux ongles et vos faux cils
- Enlevez tous vos bijoux
  - Chaînes, boucles d’oreilles, bagues, piercing, etc.

Image de pch.vector sur Freepik

Jeûne préopératoire

La nuit avant votre opération, **aucun aliment solide** n'est permis à partir de minuit.

Jusqu'à **2** heures avant votre arrivée à l'hôpital

Boire au moins 2 verres de liquide clair jusqu'à 2 heures avant votre arrivée à l'hôpital.

Par exemple, si votre heure d'arrivée est 7 h, vous pouvez boire jusqu'à 5 h du matin. Par la suite, vous devez arrêter de boire tous liquides.

Liquides autorisés	Liquides interdits
• Eau • Thé, café, tisane (noir) • Boissons sportives (ex. : *Gatorade, Powerade*) • Jus de fruits sans pulpe • Bouillon clair de poulet, légumes, boeuf • Gélatine (Jell-O) peu importe la saveur	• Boissons alcoolisées • Café avec du lait ou de la crème • Jus de fruits avec pulpes • Produits laitiers • Boissons énergisantes (ex. : *Red Bull, Monster*) • Boissons végétales (ex. : lait d'amande ou de soya)

Image de brgfx sur Freepik

Image de brgfx sur Freepik

Il est possible que vous receviez d'autres consignes sur votre jeûne et les aliments permis. Suivez les consignes de l'équipe de soins.

Liste d’articles à préparer pour votre opération

Image de vectorjuice sur Freepik

- Guide de préparation pour votre opération
- Liste de médicaments à jour
- Carte de l’hôpital
- Carte d’assurance maladie (RAMQ)
- Vêtements amples et confortables, chaussures antidérapantes et sans talon
- Documents à faire remplir par le médecin (ex. : arrêt de travail, assurances, certificat médical). Il se peut que des frais soient demandés

N’oubliez pas :

Image de Mrsipaphol sur Freepik

- Vos lunettes, appareil(s) auditif(s), prothèses dentaires et leurs étuis
- Votre appareil pour l’apnée du sommeil si vous en utilisez un
- Votre canne ou marchette

Image de Freepik sur Freepik

L’établissement n’est pas responsable des objets volés ou perdus

Image de felicities sur Freepik

Si vous dormez à l’hôpital, apportez vos articles personnels dans une petite pochette (brosse à dents, brosse ou peigne pour les cheveux, rasoir électrique).

Votre accompagnateur devra garder vos articles personnels et pourra les monter à votre chambre.

Avant de quitter pour l'hôpital :

- Retirez vos verres de contact et portez vos lunettes
- Brossez vos dents
- Apportez les objets que vous avez préparés dans un petit sac identifié à votre nom

Instructions concernant les médicaments :

Prendre les médicaments autorisés avec de l'eau avant de vous rendre à l'hôpital.

À l'hôpital

Votre arrivée à l'hôpital

Présentez-vous à l'endroit indiqué. Vous avez noté cet endroit à la page 5.

- Si vous dormez à l'hôpital : vous devez aller à l'admission avant de vous rendre à la chirurgie d'un jour
- Si vous ne dormez pas à l'hôpital : vous devez aller directement à la chirurgie d'un jour

À la chirurgie d'un jour :

- Mettez une jaquette, des bas et des pantoufles d'hôpital selon les consignes de l'équipe de soins
- Conservez vos prothèses dentaires, vos lunettes et vos appareils auditifs
- Remettez à votre accompagnateur votre portefeuille, votre sac à main ou tout autre objet de valeur

Au moment de vous préparer pour votre opération, l'infirmière :

- Vous questionnera sur votre état de santé
- Prendra vos signes vitaux (ex. : pression, battements du cœur, température)
- Vous donnera des médicaments pour votre opération
- Fera des examens supplémentaires au besoin (ex. : prise de sang)
- Vous installera un petit tube (cathéter) dans une veine pour vous donner un liquide (soluté ou un sérum) si nécessaire
- Vous conseillera d'aller à la toilette avant d'aller à la salle d'opération

Profitez de ce moment pour poser vos questions.
Le temps d'attente entre votre arrivée et le moment d'entrer en salle d'opération peut être long. Vous devrez attendre dans la salle d'attente à moins qu'une surveillance sur civière soit nécessaire.

Pendant votre opération la personne qui vous accompagne devra attendre dans une salle d'attente ou à l'extérieur de l'hôpital.

Arrivée à la salle d'opération

Vous allez rencontrer l'équipe de soins avant d'entrer dans la salle d'opération.

L’anesthésiologiste est le médecin responsable de vous endormir ou de geler une partie de votre corps pour l’opération. Il vous parlera des différentes sortes d’anesthésie.

Vous choisirez ensemble la méthode qui vous convient le mieux. Les types d’anesthésie souvent utilisés sont :

Anesthésie régionale :

- L’anesthésie régionale bloque la douleur d’une partie de votre corps. Pour bloquer la douleur, on injecte un médicament dans un endroit précis près des nerfs
- Vous ne sentirez rien à la région qui sera opérée. L’effet du médicament dure quelques heures
- Vous serez éveillé et vous respirerez par vous-même
- Des médicaments pour vous calmer vous seront offerts

Anesthésie générale :

- Vous serez endormi. Vous respirerez à l’aide d’une machine (respirateur) pendant l’opération
- Vous n’aurez aucune douleur durant l’opération. Vous n’aurez aucun souvenir de l’opération

Anesthésie locale :

- L’anesthésie locale bloque la douleur d’une petite zone qui sera opérée. On vous pique dans la partie de votre corps à opérer pour geler. Vous n’aurez pas de douleur
- Vous serez éveillé et vous respirerez par vous-même
- Des médicaments pour vous calmer peuvent être offerts

Après votre opération

Vous serez conduit en salle de réveil ou en chirurgie d'un jour. Une infirmière surveillera votre état et soulagera votre douleur.

Vous pourriez avoir :

- Des solutés
- Des pansements
- Un tuyau pour l'urine (sonde)
- De l'oxygène par le nez
- Des appareils de surveillance pour votre cœur et votre respiration

Soulager votre douleur

Chaque personne réagit d'une façon différente à l'anesthésie et aux médicaments pour la douleur. Les effets de l'anesthésie disparaîtront peu à peu dans les 24 heures qui suivront votre opération.

- Pour évaluer votre niveau de douleur, le personnel infirmier vous demandera de nommer un chiffre de 0 à 10
  - Le chiffre 0 signifie aucune douleur
  - Le chiffre 10 signifie la pire douleur de votre vie
- Lorsque votre douleur atteint 4/10 sur l'échelle, dites-le à votre infirmière. Votre douleur sera plus facile à soulager
- Soulager votre douleur est important. Contrôler votre douleur vous permet de bouger et circuler. Vous pourrez mieux respirer, dormir et manger
- Des médicaments pour soulager votre douleur vous seront prescrits. Vous pourrez mettre de la glace sur la région opérée

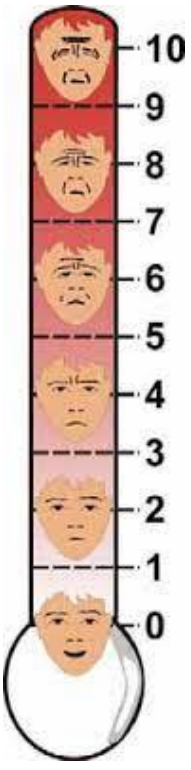

Image de 24944_OIIQ_P03-29

Exercices

Vous devez débuter ces exercices dès la sortie du bloc opératoire. Vous devrez continuer ces exercices à la maison.

Exercices respiratoires

Ces exercices aident à bien gonfler vos poumons d'air et à éliminer les sécrétions. Les exercices permettent aussi d'éviter des complications comme les infections respiratoires.

Répétez ces exercices respiratoires 10 fois chaque heure.

Comment faire les exercices sans appareil :

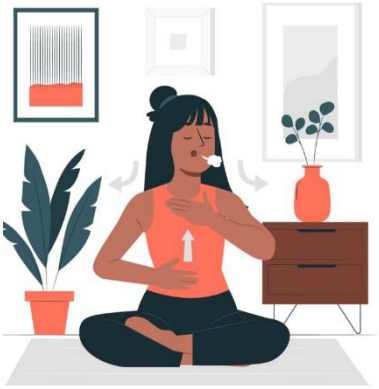

Image de storyset sur Freepik

1. Installez-vous en position assise
2. Placez les mains sur votre ventre
3. Inspirez lentement par votre nez en gonflant votre ventre
4. Retenez votre respiration pendant 3 secondes
5. Expirez lentement par votre bouche

Comment faire les exercices avec un appareil de spirométrie :

1. Installez-vous en position assise
2. Placez la pièce buccale dans votre bouche et bien serrer vos lèvres autour de l'embout
3. Videz vos poumons d'air complètement en soufflant dans l'appareil (expiration maximale)
4. Inspirez lentement par votre bouche. Vous verrez l'indicateur bouger
    - L'indicateur doit demeurer dans la zone indiquée sur l'appareil pour 4 secondes

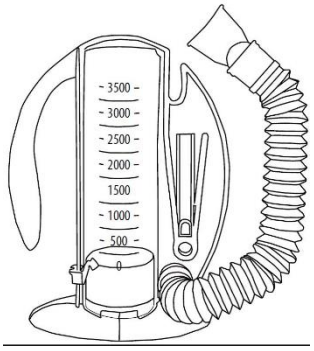

Image du CHU de Québec

Exercice de toux

Tousser aide vos poumons à éliminer les sécrétions. Utilisez un oreiller, un coussin ou une couverture pliée pour tenir votre ventre ou votre torse si l'exercice vous cause de la douleur.

1. Installez-vous en position assise
2. Prenez une grande inspiration en vous penchant vers l'avant
3. Toussez 2 à 3 fois par votre bouche en contractant les muscles de votre abdomen

Exercice pour activer la circulation du sang dans vos jambes

L'exercice permet d'éviter la formation de boule de sang (caillot) dans vos veines. La marche est également un bon exercice.

Faites une flexion dorsale (pointez vos orteils vers le haut) et une flexion plantaire du pied (pointez vos orteils vers le bas) dans un mouvement de va-et-vient. Ce mouvement doit créer un étirement au niveau de votre mollet.

Faites l'exercice 30 fois par pied chaque heure.

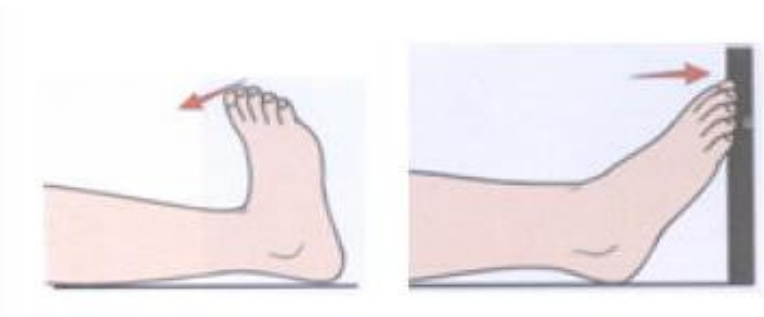

Image du CHU de Québec

Premier lever après l'opération

Environ 1 à 3 heures après votre opération, vous vous lèverez accompagné d'un membre de l'équipe de soins

Voici quelques consignes pour vous aider

❶ Approchez-vous du bord du lit

❷ Tournez-vous sur le côté

❸ Glissez les jambes hors du lit. Poussez sur le matelas avec une main pour vous soulever

❹ En position assise, attendez quelques secondes. Posez les pieds sur le plancher et levez-vous debout

Si vous dormez à l'hôpital, vous devrez :

- Marcher dans le corridor 3 fois par jour
- Prendre vos 3 repas au fauteuil
- Effectuer vos soins d'hygiène personnels

Ces conseils vous permettront de retrouver votre autonomie et faciliter votre retour à la maison.

Votre départ de l’hôpital

Vous êtes responsable d’organiser votre transport avec votre accompagnateur dès que l’infirmière vous avise que vous pouvez quitter.

L’infirmière vous parlera des recommandations et des consignes spécifiques après votre opération. Elle vous remettra un document d’information sur votre opération.
Posez des questions à votre équipe de soins, si vous avez besoin de plus d’information.

Image de Macrovector sur Freepik

Avant de quitter l’hôpital, assurez-vous d’avoir :

- Vos effets personnels
- Votre carte d’assurance maladie
- Votre carte d’hôpital
- Vos prescriptions médicales
- Les informations après la chirurgie
- Votre rendez-vous avec votre médecin, s’il y a lieu

Il se peut qu’un suivi soit fait pour des soins au CLSC ou à la maison. Vous serez informé avant votre départ de l’hôpital.

À la maison

Conseils généraux

Il est important que vous ne soyez pas seul à la maison pour les premières 24 heures. La présence d’un adulte est recommandée pour votre sécurité.

Il est conseillé d’avoir une personne pour vous conduire lors de votre retour à la maison.

Si vous n’avez pas dormi à l’hôpital

Pendant au moins 24 heures suivant l’opération :

- Évitez l’alcool, le cannabis, les médicaments qui font dormir et certains produits en vente libre comme les antihistaminiques (médicaments contre les allergies) : ces produits augmentent l’envie de dormir et le risque de tomber
- Évitez les activités qui demandent de la concentration ou de l’équilibre
- Évitez de prendre un bain ou une douche lorsque vous êtes seul, si vous vous sentez étourdi ou endormi
- Évitez de conduire un véhicule à moteur ou d’utiliser des outils mécaniques
- Évitez de prendre des décisions ayant un impact important (ex. : signer un contrat, effectuer une grosse dépense, etc.)

Soulager la douleur

Consultez votre pharmacien si vous avez des questions concernant vos médicaments.

Image de vectorpocket sur Freepik

Maintenez votre douleur en bas de 4 sur 10 pour que vous soyez capable de vous reposer et de reprendre vos activités.

- Prenez du Tylenol[MD] et des anti-inflammatoires réguliers, si prescrits

Lorsque votre douleur vous rend inconfortable :

- Prenez vos médicaments prescrits contre la douleur

Image de mamewmyt sur Freepik

Évitez la prise d’acide acétylsalicylique (AAS) comme l’aspirine, car cela peut provoquer des saignements sauf si votre professionnel de la santé vous a dit autre chose.

Alimentation et hydratation

Mangez des aliments riches en protéine et en énergie pour bien vous rétablir après l'opération. Mangez des repas équilibrés aide à avoir des muscles plus forts, guérir les coupures et vous protéger des maladies.

Vous pouvez manger comme à l'habitude après l'opération. Mangez selon votre appétit.

Diminuez la quantité des aliments si vous avez mal au cœur (envie de vomir).

Image de brgfx sur Freepik

Prenez un supplément protéiné de type *Ensure* ou *Boost* entre les repas au besoin.

Buvez 1,5 litre d'eau (6 à 8 verres d'eau) par jour, sauf si votre médecin vous a dit autre chose.

Prévenir la constipation

La prise de médicaments et faire moins d'activité physique peuvent ralentir vos intestins et entraîner de la constipation. Pour vous aider à prévenir la constipation, voici quelques conseils :

- Consommez des boissons chaudes
  - Bouillon, soupe, tisane ou du thé pour aider à stimuler votre digestion
- Prenez des repas et des collations à des heures régulières
- Manger des aliments riches en fibres, sauf si votre professionnel de la santé vous a dit autre chose
  - Céréales à grains entiers, noix, légumineuses
- Mangez des fruits et des légumes

  Si votre constipation dure, demander de l'aide à votre pharmacien.

Image de macrovector sur Freepik

Image de macrovector sur Freepik

Activité physique

Image de pch.vector sur Freepik

Il est important de bouger après l'opération. L'exercice aide à prévenir l'infection de vos poumons (pneumonie) et les boules de sang (caillots). Vous devez continuer à faire vos exercices respiratoires et circulatoires jusqu'à un retour à vos activités normales.

Image de Freepik sur Freepik

Reprenez vos activités, petit à petit, en respectant vos limites. Favorisez de courtes périodes d'activités.

Respectez les consignes de votre médecin et du document d'information sur votre opération.

Votre médecin vous indiquera quand vous pourrez retourner au travail.

Coupures et pansements

- Suivez les consignes de votre équipe de soins et du document d'information sur votre opération.

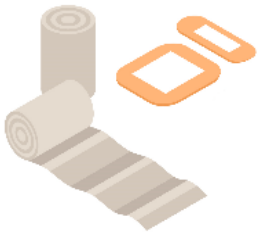

Image de Macrovector sur Freepik

Hygiène

Suivez les consignes de votre équipe de soins et du document d'information sur votre opération.

Image de Macrovector sur Freepik

Quels signes dois-je surveiller?

Si vous présentez l'un des signes suivants :	

• Douleur qui augmente malgré les médicaments
• Signes d'infection de votre coupure tels que :
  ○ Rougeur qui semble augmenter
  ○ Gonflement
  ○ Liquide jaune ou vert qui coule de la coupure
  ○ Chaleur
• Incapable de boire ou de manger
• Vomissements
• Sensation de brûlure en faisant pipi
• Difficulté à faire pipi
• Température (prise par la bouche) :
  ○ 65 ans et moins : 38,0 °C et plus (ou 100,4 °F et plus)
  ○ 65 ans et plus : 37,8 °C et plus (ou 98,6 °F et plus)
	Contactez **Info-Santé** (811)
	
	Image de macrovector sur Freepik

Si vous présentez l'un des signes suivants :	
• Sang qui coule de la coupure sans arrêt • Incapable de faire pipi • Enflure ou douleur à un mollet qui augmente à la marche • Essoufflement (souffle court) qui augmente, sans amélioration au repos • Douleur au thorax	Présentez-vous à **l'urgence** Image de macrovector sur Freepik

D'autres signes et symptômes sont possibles. Veuillez suivre les recommandations dans votre document d'information qui vous a été remis pour votre opération.

Image de felicities sur Freepik

Aide-mémoire

Date et heure d'arrivée prévue : _____

Endroit : _____

1. À partir de minuit, la veille de votre opération, aucun aliment solide n'est permis. Ne pas fumer ni boire de l'alcool.
2. Prenez votre douche/bain la veille de l'opération avec un savon doux non parfumé. Ne mettez aucune crème, lotion, parfum, maquillage.
3. Apportez vos effets personnels suivants dans un sac identifié à votre nom :
    - Guide de préparation pour mon opération
    - Liste de médicaments à jour
    - Carte de l'hôpital
    - Carte d'assurance maladie (RAMQ)
    - Documents à faire remplir par le médecin
    - Marchette, cannes ou autres si nécessaire
    - Vêtements amples et confortables pour votre retour à domicile, souliers ou bottes confortables et sans talons
    - Lunettes, appareil(s) auditif(s) et leur contenant
    - Appareil pour votre apnée du sommeil si vous en utilisez un
4. Prévoyez un accompagnateur pour le retour. Vous ne pouvez pas conduire pour 24 h après l'opération.

Médication à prendre le matin de l'opération

_____

_____

Notes et questions

_____

_____

Centre intégré
de santé et de services
sociaux de Chaudière-
Appalaches

Québec