

## Mon parcours de soins – Chirurgie de l'épaule (arthroplastie)

Normalement, les patients qui ont subi une chirurgie de l'épaule ne passent pas plus d'une journée à l'hôpital. Vous pourriez recevoir votre congé plus tôt, selon votre état.

Examens que vous pouvez vous attendre à passer pendant votre hospitalisation :

Électrocardiogramme (ECG) – surveillance de l'activité de votre cœur au moyen d'électrodes collées sur votre poitrine.

Radiographie thoracique – image qui permet de voir le cœur et les poumons.

Vérification des signes vitaux – vérification régulière de votre température, de votre tension artérielle, de votre pouls et de votre taux d'oxygène sanguin.

Prises de sang

Pendant votre séjour, nous travaillerons ensemble à gérer votre douleur et à vous remettre en mouvement avant votre départ de l'hôpital. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous les poser!

## LE JOUR DE L'OPÉRATION

- Une fois l'opération terminée, on vous surveillera dans la salle de réveil avant de vous transférer à votre chambre.
- À votre arrivée à l'unité, vous ferez la connaissance des membres de votre équipe de soins de santé. Ils pourront répondre à vos questions et traiter vos préoccupations pendant votre hospitalisation.
- Il est permis de manger après l'opération. Toutefois, il pourrait vous falloir un certain temps avant de retrouver l'appétit.
- Ne sortez pas du lit sans l'aide d'un fournisseur de soins de santé. Faites toujours venir quelqu'un pour vous aider.
- Si vous devez aller aux toilettes, demandez l'aide d'une infirmière.
- Une bonne gestion de la douleur est essentielle à votre rétablissement. Si la douleur n'est pas maîtrisée, dites-le à votre équipe de soins.
- On vous donnera des émoullients et des laxatifs pour prévenir la constipation causée par les médicaments puissants utilisés pour soulager la douleur.
- Pour stimuler la circulation sanguine dans les jambes après l'opération, bougez les pieds de haut en bas et faites des rotations des chevilles.
- Votre médecin pourrait vous prescrire d'autres exercices pour stimuler la circulation.
- L'activité physique joue un rôle important dans votre rétablissement et nous vous encourageons à faire les exercices prescrits par votre équipe de soins.

- Faites des respirations profondes, tousssez et bougez le pied et les orteils de bas en haut toutes les heures. Ces exercices aident à prévenir les complications.
- Vous recevrez votre congé le lendemain de l'opération, à 10 h. Prenez les dispositions nécessaires pour que quelqu'un vienne vous chercher.

#### JOUR 1 : CONGÉ

- Passez en revue votre plan de mise en congé avec un des membres de votre équipe de soins. Assurez-vous de comprendre les prochaines étapes et discutez de vos préoccupations ou de vos questions.
- On fixera, pour vous, un rendez-vous de suivi chez votre chirurgien. Vous devriez aussi prendre rendez-vous chez votre médecin de famille.
- Votre infirmière vous fournira des renseignements sur le soin de l'incision et du pansement, y compris sur la façon de prendre une douche à la maison.

#### LE SOIN DE VOTRE ÉPAULE

- Utilisez votre écharpe selon les instructions du médecin. Elle vous procurera un certain confort et soutiendra l'épaule.
- Desserrez l'écharpe si vous ressentez des picotements dans les doigts ou si vous avez les doigts engourdis ou bleus et froids au toucher.
- Si l'écharpe n'est pas imperméable, ne la mouillez pas.
- Votre médecin vous indiquera quand vous pouvez commencer à faire les exercices pour l'épaule. Ne faites que les exercices prescrits par le physiothérapeute ou votre médecin.
- Appliquez une compresse froide sur l'épaule pour réduire l'enflure et la douleur.
- Gardez l'incision propre et sèche.
- Les bandes Steri-Strip (ruban blanc) utilisées pour fermer l'incision tomberont d'elles-mêmes.
- Évitez de toucher les pansements.
- Ne frottez pas et ne grattez pas l'incision. Laissez-la guérir naturellement.

**Si vous présentez l'un ou l'autre des symptômes ci-dessous, obtenez immédiatement des soins médicaux.**

- Frissons ou fièvre de 38 °C (101 °F) ou plus
- Importante rougeur, enflure ou sensation de chaleur à l'endroit de l'incision
- Douleur intense ou qui augmente à l'endroit de l'incision
- Saignement rouge vif provenant de l'incision
- Écoulement de couleur inhabituelle ou qui dégage une mauvaise odeur
- Difficulté à aller aux toilettes ou mal de ventre
- Essoufflement ou douleur à la poitrine
- Douleur intense soudaine dans l'épaule