

Retour à la maison après une thermoablation



Vous trouverez ici divers conseils pour vous aider après une thermoablation. La fiche vous indique quels symptômes vous pourriez ressentir, comment les soulager et quels signes surveiller.

Quand pourrai-je reprendre mes activités?

Le temps de récupération varie d'une personne à l'autre. Certaines sont en forme dès le lendemain. Pour d'autres, cela peut prendre quelques jours.

Vous ressentirez peut-être de la fatigue après l'intervention. Cette fatigue va diminuer de jour en jour. Prenez le temps de bien vous reposer. Ne faites **pas d'efforts physiques importants** pendant au moins 5 à 7 jours.

Est-ce normal de ressentir de la douleur?

> Il se peut que vous ayez un peu mal dans la région de l'intervention. La plupart du temps, prendre un antidouleur comme le Tylenol suffit. Cependant, ne dépassez pas la dose maximale permise.



> Si la douleur est forte, des antidouleurs plus puissants (narcotiques), comme de la morphine, de la codéine ou d'autres (Dilaudid, Demerol, etc.), pourraient vous être prescrits. Il est alors **interdit de conduire et de prendre de l'alcool.**

- > Si vous avez toujours mal malgré les médicaments, appelez à l'un des numéros indiqué à la fin de la fiche.
- > Vous pourriez aussi avoir mal aux épaules. Cela devrait disparaître rapidement.

Vous pouvez prendre vos médicaments habituels dès le matin du lendemain de l'intervention, sauf ceux qui agissent sur la coagulation du sang comme l'aspirine, le Coumadin, le Plavix, l'Heparin, le Pradax et d'autres. Attendez 48 heures avant de les reprendre. Vous aurez plus de détails avant votre départ de l'hôpital.

Que faire si j'ai des pansements?

Vous pourrez enlever vos pansements vous-même 48 heures après de l'intervention. Toutefois, s'ils sont souillés ou humides, vous pouvez les changer le jour-même.

Est-ce que je peux prendre une douche ou un bain?

Vous pouvez prendre une douche le lendemain de l'intervention, après avoir retiré les pansements. Attendez 7 jours avant de prendre un bain, d'aller au spa ou de vous baigner.

Est-ce que je devrais manger d'une façon particulière?

Mangez plus légèrement la première journée. Ensuite, vous pourrez recommencer à manger comme d'habitude. **Attention, l'alcool est déconseillé**, en particulier avec la prise d'antidouleurs.

Que dois-je faire si j'ai mal au cœur?

Prenez un médicament contre la nausée (Gravol, par exemple). Mais, ne le prenez pas en même temps que les médicaments contre la douleur. Attendez au moins 45 minutes entre la prise de chacun des médicaments.



Que dois-je faire si j'ai un bleu?

Si vous avez un bleu (ecchymose), il n'y a rien de spécial à faire. Il va changer de couleur puis disparaître tout seul.

Est-ce que je pourrai voyager et me déplacer en auto?

On recommande de ne pas prendre l'avion pendant au moins 2 semaines. Évitez aussi le plus possible les déplacements en auto pendant 5 jours.

Quels signes dois-je surveiller?

Si une des situations suivantes se présente, appelez sans tarder à l'un des numéros ci-dessous.

- Température de 38,5 °C ou 101,3 °F ou plus (ne prenez pas de médicaments contre la fièvre, comme le Tylenol).
- Bosse qui grossit, dans la région où a eu lieu l'intervention.
- Douleur qui augmente ou qui apparaît tout à coup.
- Sang dans les selles ou dans l'urine.

En semaine durant les heures d'ouverture, appelez au Département de radiologie :

 **514 890-8450**

Ou l'infirmière de suivi au no :

.....

En dehors des heures d'ouverture, appelez une infirmière de la **ligne Santé Patient CHUM**.



LIGNE SANTÉ PATIENT CHUM

514 890-8086

24 heures sur 24, 7 jours sur 7

Vous êtes un patient du CHUM?

Vous avez des questions sur votre état de santé? Une infirmière peut vous aider.



RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal chumontreal.qc.ca