

Porter une orthèse

Après une réimplantation



Avant votre départ de l'hôpital, une orthèse sera fabriquée sur mesure pour vous. Cette fiche résume ce qu'il est important de savoir à propos de cette orthèse.

À quoi sert l'orthèse?

Elle protège votre main et les tissus qui ont été réparés. Elle agit un peu comme un plâtre. Toutefois, comme elle est faite en plastique, elle est plus légère et peut être enlevée facilement. Cela facilite les changements de pansements et la pratique des exercices.

Il est conseillé de porter sous l'orthèse une « stockinette ». C'est un tube de tissu dans lequel on glisse la main. Cela améliore le confort et permet d'absorber la transpiration (l'humidité) de la main. Votre ergothérapeute pourra vous montrer comment le mettre.

Quand faut-il la porter?

Pendant les 6 premières semaines, vous devez porter l'orthèse 24 h/24 h. Vous l'enlevez juste pour la nettoyer.

Votre médecin ou ergothérapeute vous dira quand vous pourrez arrêter de la porter. Les tissus de la main doivent être guéris. Il se peut que l'on vous conseille de la porter quand vous faites des activités à risque pour votre main.

Comment l'entretenir?

Vous devez nettoyer votre orthèse au moins une fois par jour. Pendant les premières semaines, un proche peut vous aider à le faire.

Voici les étapes à suivre :

- Enlevez l'orthèse en retirant les courroies d'un côté. Faites attention de garder votre poignet et votre main dans la même position.
- Posez votre main blessée sur un oreiller.
- Retirez complètement toutes les courroies.
 - Lavez l'orthèse à l'eau tiède (**attention, pas d'eau chaude!**) avec un savon doux. Frottez-la bien.
 - Séchez-la à l'aide d'une serviette.
 - Lavez vos courroies à l'eau et au savon (ou dans la laveuse au cycle délicat) et séchez-les à plat. Vous pouvez demander un double des courroies à votre ergothérapeute, pour pouvoir alterner.
 - Remplacez l'orthèse sur votre main.

Les stockinettes doivent être lavées régulièrement. Vous pouvez le faire dans la laveuse au cycle délicat, dans un filet. Séchez-les à plat.

Courroie



Orthèse



IMPORTANT

Votre orthèse est en plastique thermoformable, c'est-à-dire qui réagit à la chaleur. L'orthèse se déformera donc si elle entre en contact avec toute source de chaleur : eau chaude, calorifère, lumière du soleil dans la voiture, etc.

Ne la mettez jamais au lave-vaisselle ou dans la laveuse! Vous ne pourrez plus l'utiliser.

Que faire si mon orthèse est inconfortable?

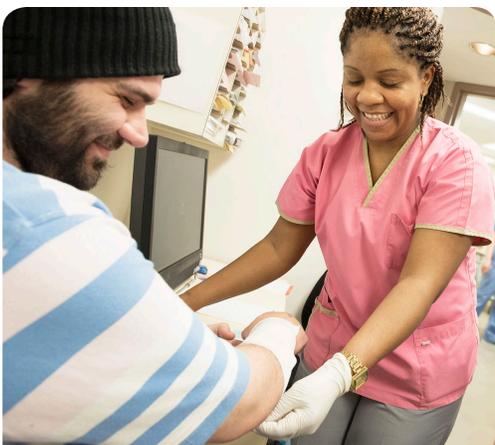
L'inconfort peut survenir rapidement, dans les heures qui suivent la pose de l'orthèse. Si vous sentez des points de pression ou si votre orthèse est inconfortable :

- Vérifiez que les courroies ne sont pas trop serrées. Au besoin, desserrez-les. Le sang doit bien circuler dans votre main. L'important est surtout que l'orthèse soit stable.
- Si l'inconfort persiste, appelez sans tarder votre ergothérapeute. Il vérifiera avec vous la cause et trouvera une solution.

Au fil du temps et de la guérison, il se peut que votre ergothérapeute doive ajuster votre orthèse. En effet, votre main sera de moins en moins enflée.

Quand mon orthèse sera-t-elle enlevée?

Elle le sera de 6 à 8 semaines après l'opération (de même que les broches, si vous en avez). Au besoin, elle sera remplacée par une orthèse plus petite. Des renseignements vous seront donnés à propos de cette nouvelle orthèse.



Porter une orthèse - Après une réimplantation

À qui poser mes questions?

Posez-les à votre ergothérapeute.

Si vous n'arrivez pas à le joindre, communiquez avec la coordonnatrice en réimplantation du CHUM :

Nom :

> 514 890-8000, poste



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



Questions

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

