

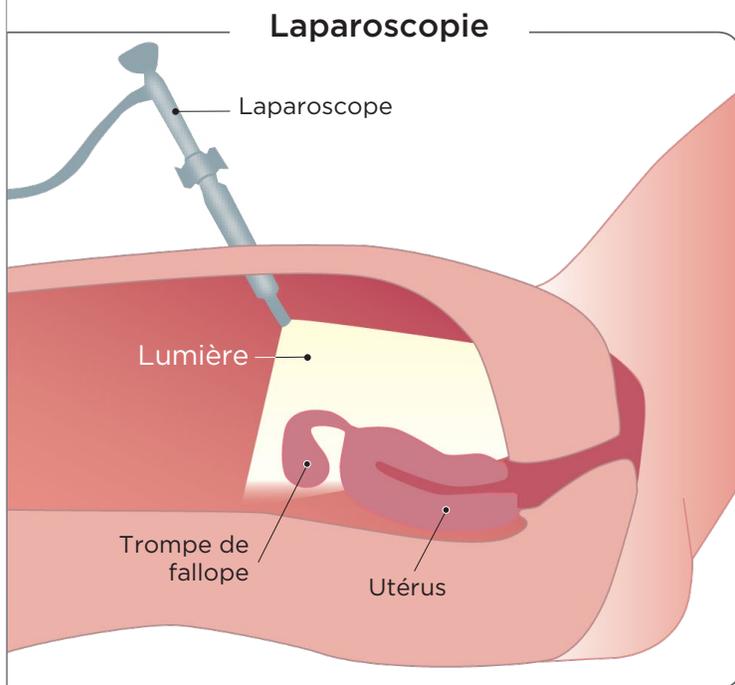
# La laparoscopie pour une opération gynécologique



Vous allez bientôt avoir une laparoscopie. Voici comment vous y préparer et quelques conseils pour votre retour à la maison.

## À quoi sert la laparoscopie ?

Cette technique permet d'observer l'intérieur du ventre grâce à un instrument appelé laparoscope. Si c'est nécessaire, celui-ci permet aussi de faire des opérations plus complexes.



## Combien de temps dure l'intervention ?

Pour un simple examen, il faut compter de 30 à 60 minutes. Pour des opérations plus complexes, cela peut durer de 1 à 4 heures. Votre séjour à l'hôpital est de 24 heures.

## Y a-t-il des précautions à prendre AVANT l'opération ?

### > Quelques semaines avant l'opération

Participer à la préparation à votre opération est très important. Cela vous permettra de reprendre plus vite vos activités normales.

- Pensez à faire garder vos animaux de compagnie.
- Prévoyez un transport pour votre retour à la maison.
- Préparez et congelez des repas d'avance.
- Certains médicaments et produits de santé naturels doivent être arrêtés avant de vous faire opérer. Par exemple, certains anti-inflammatoires, contre l'enflure des tissus (Advil et Motrin) et anticoagulants, pour rendre le sang plus fluide (Coumadin et Asaphen), doivent être stoppés une semaine avant. D'autres produits devront être arrêtés avant. Suivez bien les directives de votre médecin à ce sujet.

- Si ce n'est pas fait, essayez de cesser de fumer de 4 à 8 semaines avant l'opération. En effet, arrêter le tabac permet de diminuer les risques après une opération et facilite la guérison.



- Votre médecin ou votre médecin de famille peut vous prescrire des timbres de nicotine ou d'autres médicaments. N'hésitez pas à lui en parler. Référez-vous aux fiches santé sur le tabac (voir les ressources utiles à la fin de cette fiche).

- Lavez-vous chaque jour, y compris les parties génitales. Cela permet de réduire les risques d'infections.
- Faites de l'exercice tous les jours. Par exemple, marchez au moins 20 minutes.
- Buvez de 1 à 2 litres de liquide par jour.
- Mangez des aliments riches en protéines (viande, fromage, noix, légumineuses, etc.). Cela vous aidera à mieux récupérer après l'opération. Voir la fiche [Alimentation riche en protéines et en énergie](#).

#### > 24 heures avant l'opération

- Ne prenez pas d'alcool et ne fumez pas.
- Mangez normalement.
- Faites de l'exercice, 20 minutes de marche, par exemple.

#### > À partir de minuit

- Ne mangez plus.
- Vous pouvez continuer à boire.

#### > Jusqu'à 2 heures avant l'opération

- Buvez des liquides clairs (à travers lesquels vous pouvez voir).
- Ne buvez pas de café.
- Si vous avez des reflux gastriques, cessez de boire 4 heures avant l'opération.

#### > Prévoyez une serviette hygiénique (sanitaire)



Il est important d'être accompagnée. À cause du médicament donné pour vous endormir ou des médicaments contre la douleur, vous pourriez vous sentir un peu engourdie. Vous devrez donc vous faire reconduire à la maison.

## Comment se déroule l'intervention ?

Elle se fait sous anesthésie générale (vous serez « endormie ») ou on rendra insensible le bas de votre corps.

- > Le gynécologue fait au moins 2 petites coupures de moins de 2 cm sur votre ventre. Elles serviront à passer le laparoscope et d'autres instruments.
- > Par une des ouvertures et avec une aiguille, il injecte un gaz dans votre ventre qui permet de bien voir les organes.
- > Il entre ensuite le laparoscope et observe l'intérieur du ventre.

L'intervention peut s'arrêter là. Si le gynécologue estime qu'il faut aller plus loin, il peut faire d'autres actions.

- > Il fait d'autres petites coupures (entre 2 et 4) sur votre ventre.
- > Il peut alors opérer avec de petits instruments.

## Quels effets secondaires pourrais-je ressentir après ?

Pendant 2 ou 3 jours après l'intervention, vous pourriez avoir les symptômes suivants :

- > douleurs dans les muscles (courbatures)
- > douleurs à la gorge, au cou, aux épaules et sous les côtes
- > douleur dans la région des plaies

Prenez les médicaments contre la douleur prescrits par votre médecin pendant 2 jours. Continuez au besoin les jours suivants. Lorsque la douleur aura baissé, diminuez le nombre et la fréquence des médicaments. Aidez-vous du bloc-notes sur la gestion de la douleur, en page 4.

On vous a prescrit des narcotiques et des anti-douleurs. Entre deux prises de narcotiques, si vous avez mal, vous pouvez prendre les anti-douleurs : acétaminophène (ex. : Tyléol) ou ibuprophène (ex. : Advil, Motrin). Même si vous avez un peu mal, il est important de bouger, mais votre douleur doit être soulagée.



Vous pourrez avoir de légers saignements vaginaux rouge foncé ou brunâtre pendant 10 à 14 jours après l'intervention. Ils peuvent apparaître quelques jours après et être irréguliers.

Portez une serviette sanitaire (hygiénique) au besoin. Discutez avec votre médecin du moment où vous pourrez avoir des relations sexuelles avec pénétration ou remettre des tampons ou des diva-cups pendant vos règles. Cela peut prendre 6 à 8 semaines.

Vous pourrez ressentir votre ventre gonflé pendant 7 jours à cause de la reprise de la digestion ou des gaz injectés. Marcher est le meilleur moyen pour éliminer ces symptômes.

## Y a-t-il des précautions à prendre APRÈS la laparoscopie ?

Vous pourrez reprendre vos activités dès le lendemain de l'intervention, selon votre tolérance. Mais prévoyez des périodes de repos. En général, vous pouvez retourner au travail la semaine suivante.

Certaines activités sont interdites :

- > Vous pouvez vous doucher seulement si la plaie est fermée par des agrafes, des points ou des stéri-strips. Si ce n'est pas le cas, lavez-vous avec des débarbouillettes tant que la plaie n'est pas fermée.
- > Ne prenez pas de bains et ne vous baignez pas dans un lac, une piscine publique ou un spa pendant 6 à 8 semaines ou tant que vos plaies ne sont pas guéries.
- > **Pendant 6 à 8 semaines, ne faites rien qui demande un effort important.** Par exemple : soulever des objets lourds (ne pas dépasser 5 kg, l'équivalent d'un sac de 4 L de lait), participer à des sports intenses ou qui font travailler le ventre ou lui faire faire des torsions ou des étirements : golf, cardio-vélo (spinning), tennis etc. C'est important car vos plaies à l'intérieur peuvent ne pas être encore guéries. Même si à l'extérieur votre plaie est sèche et cicatrisée.
- > Si vous prenez des médicaments contre la douleur, votre attention est réduite. Il est important de :
  - ne pas conduire
  - ne pas prendre de boissons alcoolisées
  - ne pas prendre de décisions importantes



**Ne conduisez pas si vous avez mal. Cela peut réduire vos réflexes ou vous empêcher d'agir rapidement.**

## Quels symptômes devrai-je surveiller à mon retour à la maison ?

Appelez votre équipe de soin ou Info-Santé au **8-1-1** si vous présentez les symptômes suivants :

- fièvre de plus de 38,5 °C, (101,3 °F)



- plaies rouges ou douloureuses
- sang ou liquide blanc-jaune (pus) qui coule au niveau des plaies
- mal de ventre important
- difficultés à respirer
- difficultés à uriner
- douleur et rougeur aux jambes
- pertes vaginales qui sentent mauvais
- saignement vaginal qui demande plus d'une serviette sanitaire par heure

## À qui m'adresser pour demander de l'aide ou poser des questions ?

Vérifiez qu'on vous a bien donné un rendez-vous de suivi médical après votre intervention.

Si vous avez des questions, appelez votre équipe de soins ou Info-Santé au **8-1-1**.



### 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](http://chumontreal.qc.ca/fiches-sante)

Aidez-vous de cet exemple de tableau pour gérer vos douleurs. Vous pouvez imprimer ce tableau sur une page entière à l'adresse : [chumontreal.qc.ca/tableau1.pdf](http://chumontreal.qc.ca/tableau1.pdf)

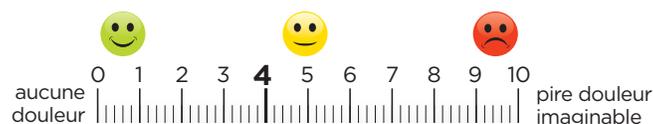


### Gestion de la douleur

Exemples

Date / Heure	Douleur (degré)	Actions, médicaments, autres...	Efficacité
12-05-2015, 21h	7	2 comprimés Tylenol	Moyen / 4
12-05-2015, 21h30	4	Relaxation - lecture	Oui / 3

### Échelle de la douleur



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](http://chumontreal.qc.ca)