

# Prothèse de l'épaule

## Bien se préparer à l'opération



On va bientôt vous poser une prothèse à l'épaule. Cette fiche vous explique l'opération et comment vous y préparer.

### Pourquoi dois-je avoir cette opération ?

En général, on la fait pour remplacer l'articulation usée ou abîmée qui se trouve entre l'os du bras (l'humérus) et l'omoplate. Cela soulage la douleur et permet à l'épaule de bouger plus facilement.

### En quoi consiste l'opération ?

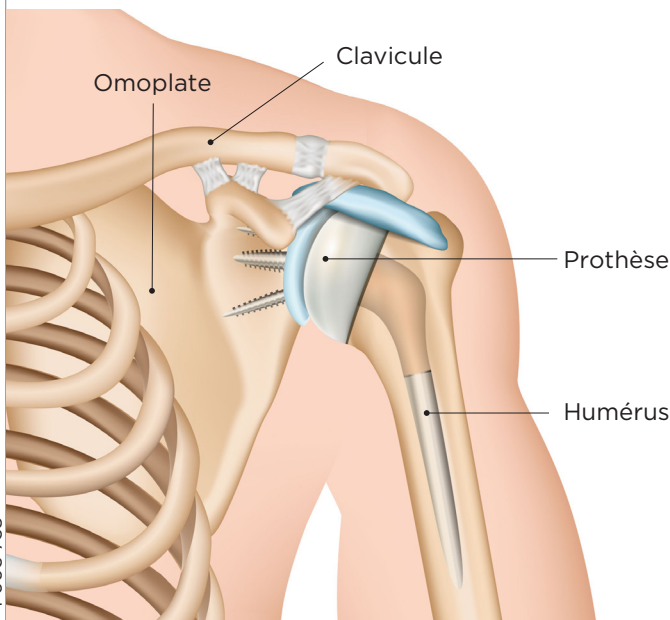
On remplace l'articulation par une prothèse de métal et de plastique ou d'alumine céramique. La prothèse a deux parties : l'une entre dans l'humérus et l'autre est fixée à l'omoplate.

### Quelles sont les complications possibles ?

Les complications possibles sont :

- une infection
- un saignement important
- un caillot de sang qui se forme dans une veine
- une accumulation de sang sous la peau (hématome)
- un déplacement de la prothèse (luxation)

Dans les heures suivant l'opération, vous devrez vous lever et vous asseoir dans le fauteuil, avec de l'aide. Cela évite certaines complications et permet de récupérer plus vite. Évitez de pousser ou de tirer avec le bras opéré. Demandez de l'aide au besoin.



## Combien de temps vais-je rester à l'hôpital ?

L'opération elle-même dure entre 1 h 30 et 2 h. Toutefois, il peut y avoir un délai de plusieurs heures avant votre transfert vers votre chambre si vous êtes hospitalisé.

Il est aussi possible que vous sortiez de l'hôpital le jour même. Vous pourrez partir de l'hôpital quand votre état sera stable et que vous serez en mesure de vous déplacer de façon sécuritaire.

## Comment dois-je me préparer ?

Voici les consignes à suivre.

### ALIMENTATION

Pour savoir ce que vous pouvez ou non manger ou boire la veille et le jour de l'opération, voir la fiche santé [Pour récupérer plus vite après une opération](#).



### MÉDICAMENTS

Certains médicaments doivent être arrêtés quelques jours avant l'opération. L'équipe de la Clinique préopératoire vous dira lesquels et à quel moment les arrêter.

### TABAC ET ALCOOL

Fumer et boire de l'alcool augmente le risque de complications après l'opération et, surtout, retarde la guérison. Il est donc fortement recommandé de cesser de fumer et de boire de l'alcool au moins **4 à 8 semaines avant** l'opération et pendant **8 semaines après**. Pour de l'aide, voir la fiche santé [Cesser de fumer avant mon opération](#).

## Comment se déroule l'opération ?

**1** Juste avant, on vous installe un petit tube (cathéter) sous la peau de l'épaule. Par ce tube, on vous donne en continu un médicament contre la douleur (analgésique). Cela s'appelle un bloc nerveux continu. Il restera en place 1 à 3 jours après l'opération même si vous retournez à la maison.

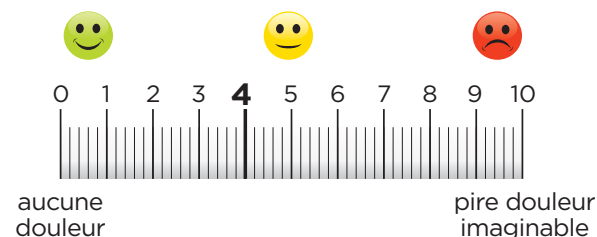
Il se peut que le bras reste engourdi à cause du bloc et qu'il bouge avec difficulté. C'est normal, mais cela ne sera que temporaire.

- 2** On vous endort ensuite pour que vous ne sentiez rien (anesthésie générale).
- 3** Le chirurgien ouvre votre épaule pour avoir accès à l'articulation. Il coupe la partie des os à remplacer. Ensuite, il met la prothèse en place. Il referme la plaie avec des agrafes ou des points de suture.

## Que se passe-t-il tout de suite après ?

Vous êtes surveillé par une infirmière. Elle vérifie régulièrement votre état (pouls, respiration, douleur, etc.) et fait ce qu'il faut pour soulager votre douleur en cas de besoin. Ne laissez pas la douleur dépasser un niveau de 4 sur 10 (10 étant la pire douleur imaginable). En effet, plus une douleur est forte, plus il est difficile de la soulager.

N'attendez pas d'avoir très mal avant de demander des antidouleurs.



## À quoi m'attendre après l'opération ?

Vous ne pourrez peut-être pas beaucoup vous servir du bras opéré pendant quelques semaines. Vous aurez aussi de la difficulté à le bouger et il manquera de force. Une écharpe sera nécessaire pour le soutenir. Pour cette raison, vous aurez besoin d'aide. Il faut donc vous préparer à l'avance. Voici quelques conseils :

- > Remplissez votre congélateur de plats cuisinés.
- > Vérifiez si votre épicerie et votre pharmacie livrent à domicile.

> Dites à vos proches que vous allez être opéré et que vous aurez besoin d'aide. Si possible, faites un plan avec eux pour couvrir vos besoins :

- tâches ménagères
- épicerie
- soins d'hygiène
- soins des animaux de compagnie
- autres besoins

> Choisissez des vêtements amples et faciles à mettre (chemises, vestes, pantalons de jogging, etc.)



Vous aurez un suivi en physiothérapie. Celui-ci peut être assuré par le CHUM ou par un hôpital ou le CLSC de votre région.

## Quand pourrai-je reprendre mes activités ?

Il faudra attendre quelques semaines avant de reprendre vos activités. Voici un aperçu des délais :

- > **Retour au travail** : 1 à 6 mois (selon le type d'emploi).
- > **Conduite automobile** : 1 mois. Il faudra voir avec votre médecin pour la suite.
- > **Sport** : au moins 6 mois. Il faut attendre que votre épaule soit assez forte et mobile.

Votre médecin vous dira quand vous serez autorisé à reprendre vos activités.

*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.*

## À qui parler pour mes rendez-vous ?

Pour annuler ou déplacer le rendez-vous de l'opération, appelez le Centre des rendez-vous en semaine :

> **514 890-8051 ou 1 855 769-5842 (sans frais)**

## À qui poser mes questions ?

Contactez la Clinique d'orthopédie entre 8 h et 16 h, du lundi au vendredi.

> **514 890-8406**



### 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)



### Questions


Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal [chumontreal.qc.ca](http://chumontreal.qc.ca)