

Prendre soin de soi après une opération à l'aorte

Chirurgie ouverte



Vous venez d'avoir une chirurgie ouverte de l'aorte abdominale. Cette fiche vous explique comment prendre soin de vous à la maison dans les prochaines semaines.

Combien de temps faudra-t-il pour me rétablir ?

Il faut en général de 2 à 3 mois.



Demandez à un proche de vous aider à la maison durant les premiers jours de votre retour.

Combien de temps mes plaies feront-elles mal ?

Vous pouvez ressentir de la douleur pendant 6 semaines, parfois plus longtemps.

Si vous avez mal, prenez de l'acétaminophène (Tylenol). Si la douleur reste trop forte, prenez les médicaments prescrits par votre médecin pour la soulager (ex. : Dilaudid, morphine).



Comment dois-je prendre soin de mes plaies ?

- Si vous avez des agrafes ou des points de suture, ils seront enlevés entre 10 et 14 jours après l'opération. Vous aurez une ordonnance pour les faire retirer au CLSC.
- Des pansements de rapprochement (Steri-Strip) sont parfois placés sur la plaie pour l'aider à cicatriser. Ne les décollez pas, ils vont tomber d'eux-mêmes. Souvent, ils restent en place pendant 7 à 10 jours. Après 10 jours, vous pourrez enlever ceux qui restent.

Lorsqu'il n'y a pas d'écoulement, la plaie peut rester à l'air libre.

Quand pourrai-je prendre une douche ou un bain ?

- Il ne faut pas se baigner (ex. : bain, piscine, spa) pendant les 2 à 4 semaines suivant votre sortie de l'hôpital, tant que la plaie n'est pas guérie.
- Lorsque vous n'aurez plus de pansement, vous pourrez prendre une douche. Ne dirigez pas le jet directement sur les plaies. Utilisez un savon doux sans parfum et essuyez bien en épongeant doucement.
- Ne mettez pas d'huile, de crème ou tout autre produit sur vos plaies.

Quand pourrai-je reprendre mes activités?

- Ne conduisez pas de voiture et ne faites pas de travaux manuels tant que vous prenez des antidouleurs de type opioïde (ex. : morphine, Dilaudid). Ces médicaments peuvent donner envie de dormir (sommolence), en plus de réduire la vigilance et la concentration.
- Dès votre retour à la maison, vous pouvez reprendre peu à peu vos activités habituelles. Respectez votre tolérance à la douleur.
- Pendant au moins 8 semaines, ne soulevez pas d'objets lourds comme un petit sac de pommes de terre (2 kg ou 5 livres).
- Vous pourrez retourner au travail environ 8 semaines après votre opération, selon votre guérison.



Que puis-je faire pour améliorer ma guérison?

TABAC

Fumer augmente le risque d'infection après l'opération et, surtout, retarde la guérison. Il est donc fortement recommandé d'arrêter de fumer après l'opération. Pour de l'aide, consultez la fiche santé [Cesser de fumer durant mon séjour à l'hôpital](#).

ALIMENTATION

- Buvez chaque jour environ 1,5 litre d'eau, à moins d'un avis contraire du médecin.
- Il est conseillé d'avoir une alimentation équilibrée et riche en protéines. Pour plus d'informations, lisez la fiche santé [Alimentation riche en protéines](#). Si vous aviez une diète spéciale en lien avec votre état de santé, continuez de la suivre.



Quels signes dois-je surveiller?

Si vous avez l'un des signes suivants, vous-même ou un de vos proches devez agir de manière urgente en appelant le 9-1-1 :

- du sang rouge clair s'écoule en grande quantité de la plaie
- vous avez perdu conscience
- vous avez une douleur importante au ventre

Appelez une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM, au **514 890-8086**, si vous avez l'un des signes suivants :

- une fièvre plus élevée que 38 °C (100,4 °F) pendant plus de 24 heures
- une rougeur ou de la chaleur autour de la plaie
- la plaie qui coule ou qui saigne
- une diarrhée



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