

# Prendre soin de soi après une opération à la carotide



**Vous avez un rôle à jouer pour bien récupérer après une opération à la carotide. Cette fiche explique les précautions à prendre et les signes que vous devez surveiller.**

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

Prévoyez environ 1 mois.

## Que faire pour soulager ma douleur ?

En général, cette opération cause peu de douleurs. Si vous en avez, prenez le médicament antidouleur (analgésique) qui vous a été prescrit par votre équipe de soins. Suivez bien les consignes reçues pour la dose.



### ATTENTION

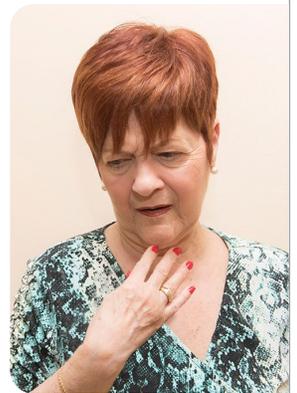
Évitez de prendre des anti-inflammatoires non stéroïdiens (ex. : Advil ou Motrin). Cela augmenterait votre risque de saignement.

## Quels symptômes puis-je avoir ?

**Bleu au cou (hématome).** Il peut y avoir une petite accumulation de sang sous la peau du cou dans les premières heures après l'opération. La plupart du temps, cela disparaît en quelques semaines. Si toutefois votre cou enfle, appelez l'infirmière (voir ses coordonnées à la fin de cette fiche).

## Engourdissements.

Vous pourriez avoir des engourdissements au visage ou au cou. Environ 8 % des personnes en ont après cette opération. Cela est dû à une légère atteinte des nerfs du cou pendant l'intervention. D'habitude, cette sensation disparaît au cours des mois qui suivent l'opération, mais elle peut durer jusqu'à 6 mois.



## Combien de temps dois-je garder mes pansements ?

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 pouvez enlever ceux qui restent.

Vous aurez aussi des points de suture. Ils n'ont pas à être retirés : ils sont fondants et s'en iront d'eux-mêmes.

## Puis-je prendre une douche ou un bain ?

### > Douche :

Vous pourrez le faire **48 heures après** votre arrivée à la maison. Utilisez un savon doux non parfumé. Toutefois, ne dirigez pas le jet d'eau directement sur la plaie. Le jet pourrait rouvrir la plaie à certains endroits, à cause de la pression. Séchez bien votre peau en tapotant. Ne la frottez pas.

### > Bain :

Attendez **2 semaines**.

Des bactéries de la peau restent dans le bain et pourraient entrer dans la plaie, puis créer une infection.

## Quand vais-je reprendre mes activités ?

D'habitude, le travail peut être repris 1 mois après l'opération. Cela dépend du type d'emploi. Parlez-en avec votre chirurgien.

Ne faites pas d'activités sportives pendant 1 mois, car il ne faut pas trop bouger le cou et le corps ne doit pas subir de chocs.

## Quand pourrai-je conduire ma voiture ?

Cela dépend de vos limites physiques.

En général, quand il n'y a pas de complication, on conseille d'attendre 2 semaines. Au début, la plaie limite les mouvements du cou et rend la conduite non sécuritaire.

Si vous avez des limites physiques, par exemple à la suite d'un accident vasculaire cérébral (AVC), une évaluation sera faite pour savoir quand vous pourrez conduire de nouveau.

Ne conduisez pas tant que vous prenez des opioïdes contre la douleur (ex. : morphine, Dilaudid). Ces médicaments réduisent l'attention.



## Y a-t-il des produits à éviter ?

Ne prenez jamais d'opioïdes en même temps que d'autres produits qui peuvent endormir ou rendre la respiration plus lente et moins profonde.

Ne prenez pas d'alcool ou de cannabis. Ils augmentent la somnolence et le risque de chute.

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



## Que puis-je faire pour améliorer ma guérison ?

- 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.

## Quel sera mon suivi?

Vous aurez un rendez-vous de suivi avec votre chirurgien environ 1 mois après l'opération.

## Quels signes dois-je surveiller?

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

- des troubles de la parole
- une faiblesse ou des engourdissements dans les mains ou les jambes
- un fort mal de tête qui reste malgré la prise de médicaments contre la douleur
- une enflure au cou avec de la difficulté à respirer
- vous avez perdu conscience

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 enflure au cou causée par un hématome
- des douleurs que les médicaments ne soulagent pas

Ce service est offert 7 jours sur 7, 24 heures sur 24. Lors de l'appel, assurez-vous d'avoir votre carte d'assurance maladie en main.

## À qui dois-je poser mes questions?

Pour toute question liée à un souci de santé après votre opération, vous pouvez appeler une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM.

> 514 890-8086



### 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


*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)