

# Prendre soin de soi après une opération

## Le réservoir iléo-anal



Vous venez d'être opéré au système digestif et on vous a fait ce qu'on appelle un réservoir iléo-anal. Cette fiche vous explique comment bien récupérer.

### Pourquoi ai-je eu cette opération ?

À cause d'une maladie inflammatoire (ex. : colite ulcéreuse, polypose familiale), il fallait enlever votre côlon et votre rectum. On a relié le petit intestin (intestin grêle) à l'anus et fait, avec l'intestin, un réservoir pour remplacer le rectum. C'est ce qu'on appelle un réservoir iléo-anal.

### Est-ce normal que mes selles soient différentes ?

Les premiers mois après l'opération, vous irez à la selle 8 à 15 fois par jour. Vos selles seront liquides à semi-liquides. Il est possible qu'elles irritent la peau autour de l'anus.

Les selles vont diminuer peu à peu. Lorsque vous serez guéri, vous aurez 5 à 7 selles semi-liquides à molles par jour.

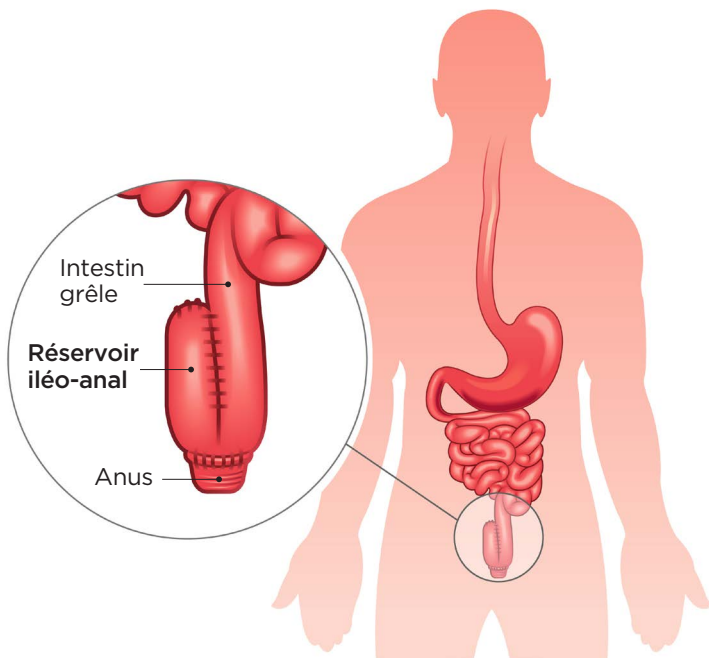
Votre médecin peut vous prescrire de l'Imodium ou du Metamucil.

### Est-ce normal de se sentir fatigué ?

Oui, mais votre énergie reviendra peu à peu.

Voici quelques conseils :

- Faites de **courtes** siestes durant la journée, selon vos besoins
- Prenez une période de repos après une activité fatigante



## Que faire contre la douleur?

La douleur va diminuer dans les semaines après l'opération. Quand vous avez mal, **ne restez pas sans agir** : prenez les antidouleurs (analgésiques) prescrits.

Après quelques jours, un antidouleur comme l'acétaminophène (Tylenol ou Atasol) pourrait suffire.

**Malgré la douleur, il est important de bouger. Cela permet de récupérer plus vite et d'éviter des problèmes.**

## Y a-t-il des précautions à prendre?

### SOINS

Pour éviter les irritations, faites les soins suivants après chaque selle :

- > Mouillez une débarbouillette douce (pas de serviettes jetables) et épongez délicatement votre anus. Ne frottez pas.
- > Mettez une crème (ex. : Critic-Aid) pour protéger la peau autour de l'anus jusqu'au moment où vous ferez 5 selles par jour.

Il est aussi recommandé de prendre deux à trois fois par jour un bain de siège.

### Bain de siège



Vous devez :

- 1 Remplir d'eau tiède le bassin du bain de siège.
- 2 Remplir d'eau tiède le sac fourni avec le bain de siège et le placer en hauteur.
- 3 Installer le bassin sur la cuvette de la toilette et vous y asseoir.
- 4 Ouvrir la pince du tube qui sort du sac. L'eau s'écoule dans le bassin et crée un courant. Le tout dure environ 15 minutes.

Le bain de siège peut être remplacé par :

- un bidet
- une douche téléphone, à condition de garder un faible débit d'eau

**N'entrez rien** dans votre anus (suppositoires, thermomètre, lavements, etc.) sans l'accord de votre chirurgien.

### PLAIES ET PANSEMENTS

- > Si la ou les plaies du ventre sont fermées et ne coulent pas du tout, laissez-les sans pansement.
- > S'il y a encore des écoulements ou si une plaie s'est ouverte, il faut mettre des pansements. Une infirmière du CLSC assurera vos soins à votre retour chez vous.

Les plaies peuvent être fermées de différentes façons :

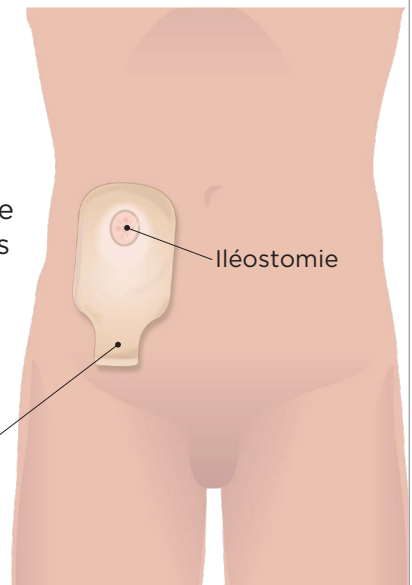
- **Des bandelettes adhésives.** Elles s'en iront toutes seules. Enlevez celles qui restent après 10 jours.
- **Une colle.** Elle va partir peu à peu. Ne la grattez pas.
- **Des agrafes ou des points de suture non fondants.** Ils seront retirés par l'infirmière du CLSC ou par votre chirurgien à votre rendez-vous de suivi.

### STOMIE

Parfois, on relie votre intestin à une ouverture temporaire dans le ventre (iléostomie) pour évacuer les selles. On la referme après quelques mois.

Si vous avez une stomie, une infirmière spécialisée vous donne les documents et le matériel nécessaires. Une demande de service 24 heures sur 24, 7 jours sur 7 est aussi faite à votre CLSC pour qu'une infirmière vous aide en cas de besoin.

Sac pour recueillir les selles



## HYGIÈNE

Vous pouvez prendre une douche si vos plaies sont fermées et que vous n'avez aucun drain ou pansement. La douche est permise avec une stomie.

Pour laver vos plaies, faites couler de l'eau dessus sans diriger le jet directement sur elles. Pour les sécher, épongez avec une serviette sans frotter. Ne mettez pas de savon ou de crème sur une plaie.

Avant de prendre un bain, attendez la guérison complète de la plaie, c'est-à-dire environ 4 à 6 semaines après l'opération.

## ACTIVITÉS

Vous pouvez recommencer dès maintenant à :

- Vous promener dehors
- Monter et descendre les escaliers
- Faire un entretien léger de la maison (vaisselle, époussetage, vadrouille, etc.)

Pendant 6 à 8 semaines, **évit**ez de :

- Faire des mouvements brusques (ex. : fermer avec force la portière d'une voiture, secouer des vêtements, jouer au golf)
- Soulever, tirer ou pousser des poids lourds (ex. : sacs d'épicerie, enfants, aspirateur, traîneau, tondeuse, poussette, meubles)



## SEXUALITÉ

Attendez au moins 4 semaines avant de reprendre vos activités sexuelles. Faites-le quand vous vous sentirez prêt. Tenez compte de votre condition physique et de la sensibilité de vos plaies.

Parlez-en à votre médecin. Une sexologue est aussi là pour vous aider. Voir la fiche santé [Les activités sexuelles après une opération.](#)

## CONDUITE

Vous ne pouvez pas conduire (ex. : auto, moto, vélo) tant que vous prenez des antidouleurs puissants (ex. : Dilaudid, Statex).

## ALIMENTATION

Évitez les fibres (ex. : pain brun, riz brun, céréales de son) et les aliments qui ne se digèrent pas en entier (ex. : tomate crue, raisin, pomme, haricots) pendant 3 à 4 semaines. Cela diminue le nombre de selles, la vitesse des aliments dans l'intestin et les ballonnements, crampes ou douleurs. Ensuite, selon votre tolérance, vous pouvez recommencer à en manger peu à peu.

L'appétit diminue après une opération. Voici quelques conseils :

- Prenez 3 repas sains et bien équilibrés par jour et des collations entre les repas.
- Pour aider la guérison des plaies, ayez une alimentation **riche en protéines** : viandes maigres, volaille, poissons, tofu, légumineuses, œufs, produits laitiers. Voir la fiche santé [Alimentation riche en protéine et en énergie.](#)

Si vous avez une stomie, suivez les conseils de la nutritionniste vue à l'hôpital et du livret qu'elle vous a remis : *L'alimentation lors d'une stomie.*

Ces conseils vous aideront à prévenir la déshydratation et les blocages dans le tube digestif. Ils aideront aussi à améliorer le nombre et la consistance de vos selles.



## ALCOOL

N'en buvez pas si vous prenez des antidouleurs ou des antibiotiques. Parlez-en à votre médecin ou à votre pharmacien.

## Quel sera mon suivi?

Vous verrez régulièrement votre chirurgien et, au besoin, la spécialiste en stomie. Soyez sûr que ces rendez-vous sont prévus avant de quitter l'hôpital.



## Quels sont les signes à surveiller?

Appelez tout de suite une infirmière de la ligne Santé Patient CHUM, au **514 890-8086**, si vous avez :

- De la douleur, une rougeur, de la chaleur, une enflure ou un écoulement jaune ou verdâtre à une plaie
- De la fièvre (plus de 38 °C ou 100,3 °F) pendant plus de 24 heures
- Une douleur qui augmente et ne part pas avec des médicaments
- Une absence de selles depuis plusieurs jours avec des envies de vomir (nausées), des vomissements et un ventre gonflé
- Une douleur ou une enflure inhabituelle à une jambe (présence possible d'un caillot de sang)

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.

## Qui dois-je appeler pour obtenir de l'aide ou poser des questions?

Vous pouvez appeler le CLSC si vous avez un suivi. Pour toute question liée à votre santé, vous pouvez appeler une infirmière du 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)