

Livret d'informations pour les patients

Arthroplastie totale du genou

Nom du patient: _____

Chirurgien orthopédique: Dr. Simon Garceau

Date de la chirurgie: _____

Arthroplastie totale du genou

Livret d'information pour les patient

Introduction

Le but de cette brochure est de vous fournir des informations avant votre chirurgie du genou. Ce livret vous donne des instructions sur la préparation à la chirurgie et à quoi vous attendre après votre chirurgie. Veuillez lire attentivement ce livret, noter toutes les questions que vous pourriez avoir et apporter ce livret avec vous pour les visites à la clinique et votre séjour à l'hôpital.

Vous avez choisi de vous faire remplacer le genou. Votre équipe soignante fera tout son possible pour que votre chirurgie soit un succès. Nous espérons que vous tenir informé vous aidera à comprendre à quoi vous attendre et comment vous pouvez jouer un rôle actif dans vos soins. La façon dont vous vous préparez pour la chirurgie et les efforts que vous faites après la chirurgie seront des facteurs importants de votre rétablissement. Votre succès dépend de vous.

Informations sur la famille / les amis

Il est important que vous choisissiez un membre de votre famille ou un ami pour vous accompagner tout au long de votre parcours de remplacement du genou. Il s'agit d'une personne qui vous soutiendra avant la chirurgie, pendant votre visite à l'hôpital et à la maison avec vous pendant votre convalescence. Cette personne peut être un membre de la famille, un ami ou un soignant. Veuillez revoir le livret avec cette personne avant votre chirurgie afin que vous compreniez tous les deux les soins que vous recevrez.

Que fait un membre de la famille / un ami ?

- Assiste à vos rendez-vous à la clinique avec vous (si permis).
- Vous accompagne et vous accompagne le jour de l'intervention et la première nuit à domicile. Il est obligatoire que quelqu'un reste avec vous la première nuit après votre chirurgie.
- Vous soutient dans votre réadaptation une fois que vous avez été libéré (y compris le transport au besoin).
- Traduit, si le français ou l'anglais n'est pas votre langue maternelle.

Anatomie

Le genou est une «articulation charnière» composée de trois os formant une charnière: l'extrémité du fémur (os de la cuisse), le haut du tibia (tibia) et la rotule (rotule). La rotule monte et descend à l'avant de votre genou lorsque vous la pliez et la redressez. Dans un genou en bonne santé, le cartilage recouvre la surface des os de l'articulation du genou et vous permet de vous déplacer en douceur et sans douleur. Entre les deux os se trouvent les deux ménisques ; ils fonctionnent comme des amortisseurs. Des bandes solides appelées ligaments maintiennent le genou ensemble et de grands groupes musculaires contrôlent le mouvement du genou. Les quadriceps sont à l'avant de la cuisse et travaillent pour redresser le genou. Les ischio-jambiers sont à l'arrière de la cuisse et ils travaillent pour plier le genou.

Comment se déroule la chirurgie ?

1. Votre rotule est écartée. Une partie de l'extrémité du fémur est retirée et remplacée par un élément métallique.
2. Le haut du tibia est retiré et remplacé par une plate-forme métallique. Une pièce en plastique est montée sur le dessus de la plate-forme métallique.
3. L'arrière de la rotule est lissé et équipé d'un composant en plastique.

Dans une procédure unicompartmentale (remplacement du genou Hemi ou Oxford), un seul côté de l'articulation du genou doit être remplacé. Des pièces supérieures et inférieures sont utilisées.

2. Préparation à la chirurgie du genou

Il est de la responsabilité de chacun d'anticiper et de prendre les dispositions nécessaires pour assurer un retour à la maison en toute sécurité. Cela comprend la préparation émotionnelle, l'amélioration de votre santé physique, la réalisation des exercices recommandés avant votre chirurgie, la préparation de votre maison et la préparation de l'équipement dont vous pourriez avoir besoin pour être à l'aise.

Sécuriser votre maison :

Avant la chirurgie, voici certaines choses à faire pour vous assurer que votre maison sera sécuritaire lorsque vous rentrerez chez vous :

- Enlevez les carpettes des zones où vous marcherez car elles sont très faciles à trébucher ou à enfiler.
- Dégagez les chemins pour pouvoir vous déplacer en toute sécurité avec votre aide à la marche.
- Gardez les animaux de compagnie hors de votre chemin.
- Assurez-vous que les mains courantes le long des escaliers et des barres de salle de bain sont solidement fixées.

On vous apprendra comment monter et descendre les escaliers avant de rentrer chez vous, il n'est donc pas nécessaire de s'installer sur un seul niveau. Si vous décidez de vous installer sur un seul niveau, il est important de vous assurer d'avoir un accès facile à une salle de bain, une surface de couchage qui vous permet de redresser complètement votre jambe, un endroit pour vous reposer et élever votre jambe et un endroit où vous pouvez faire vos exercices. Assurez-vous qu'il y a une sortie sécuritaire de votre maison.

Équipement:

Il est très important d'avoir tout l'équipement nécessaire avant de vous rendre à l'hôpital pour une intervention chirurgicale. Avoir l'équipement en place à l'avance vous donnera l'occasion de vous entraîner avant la chirurgie afin que vous puissiez mieux vous débrouiller à la maison après avoir quitté l'hôpital.

Vous pouvez payer vous-même cet équipement ou utiliser votre assurance privée. Vous aurez besoin d'une ordonnance de votre chirurgien si vous souhaitez que votre assurance paie l'équipement. Vous pouvez obtenir cette ordonnance lors de votre visite chez le chirurgien après la chirurgie. Si vous êtes sur le POSPH, ils paieront pour l'équipement.

Unité de pré-admission (UPA)

Avant votre chirurgie, vous aurez un rendez-vous avec l'unité de pré-admission (UPA). Il s'agit d'un rendez-vous médical qui se fait par téléphone ou en personne, une à trois semaines avant la chirurgie. Ce rendez-vous peut durer jusqu'à 2 heures. Veuillez amener un membre de votre famille/ami avec vous. Vous devrez peut-être passer des tests médicaux tels que des analyses de sang ou des radiographies. Vous rencontrerez une infirmière et/ou un anesthésiste pour discuter de vos médicaments actuels, de vos problèmes médicaux, des consignes préopératoires à suivre et du type d'anesthésie qui sera utilisé. Vous rencontrerez également un physiothérapeute qui vous donnera quelques exercices à compléter avant votre chirurgie, discutera des attentes le jour de votre chirurgie et lors de votre rééducation. Veuillez apporter tous vos médicaments ainsi que tous les suppléments ou vitamines que vous prenez dans leurs bouteilles d'origine. Votre médication pourra être changée après ce rendez-vous. N'ayez pas peur de poser des questions lors de ce rendez-vous. C'est le meilleur endroit pour demander si vous avez des questions sur votre propre santé et votre chirurgie.

Ce qu'il faut apporter

S'habiller sera plus difficile après l'intervention, nous vous recommandons donc d'apporter des vêtements amples avec une taille élastique à porter à l'hôpital (les matières extensibles seront plus confortables). Des chaussures de soutien antidérapantes doivent être portées pour marcher à l'hôpital et tous les articles de toilette doivent être non parfumés. C'est une bonne idée d'apporter un bloc-notes pour noter toutes les questions que vous pourriez avoir pour le personnel pendant votre séjour et votre livret d'information patient. Emballez ces articles dans un sac de voyage, même si vous prévoyez de rentrer chez vous le jour même au cas où vous auriez besoin de passer la nuit à l'hôpital. Veuillez également apporter votre aide à la marche avec vous à l'hôpital lors de votre arrivée.

REMARQUE : N'apportez pas d'objets de valeur ou de grosses sommes d'argent avec vous à l'hôpital. L'Hôpital général de Hawkesbury n'est pas responsable des objets perdus ou volés pendant votre séjour chez nous.

Arthroplastie totale du genou

Livret d'information pour les patient

Nuit avant la chirurgie

Préparation de la peau :

L'infection peut survenir après toute intervention chirurgicale. La source d'infection la plus courante provient des bactéries présentes sur votre peau. Pour éviter cela, vous devez nettoyer et préparer votre peau.

- La veille au soir, prenez une douche ou un bain avec un savon non parfumé ou non parfumé.
- Lavez votre jambe selon les instructions de votre chirurgien
- Pensez à vous laver les cheveux.
- Coupez les ongles et retirez le vernis à ongles.
- Ne pas se maquiller et enlever les lentilles de contact.

Fumeur:

- Diminuez votre tabagisme 1 à 2 semaines avant votre chirurgie.
- Ne fumez pas après 18h la veille de votre chirurgie.

Nutrition / Hydratation :

- Arrêtez de manger des aliments solides à minuit la veille de votre chirurgie (y compris la gomme ou les bonbons durs).
- Vous pouvez continuer à boire des liquides clairs jusqu'à 90 minutes avant votre heure d'arrivée à l'hôpital (il est important que vous soyez bien hydraté pour vous sentir bien avant votre chirurgie et cela peut aider à accélérer votre rétablissement) ; boire au moins 2 tasses !
- Arrêtez de boire des liquides clairs 90 minutes avant votre arrivée à l'hôpital.
- REMARQUE : Les fluides clairs signifient que vous pouvez voir à travers le liquide. Des exemples de liquides clairs acceptables comprennent l'eau, le Gatorade ou le jus de pomme. En cas de doute, ne le buvez pas.
- Ne buvez pas d'alcool 24h avant l'intervention.

REMARQUE : Le non-respect de ces directives entraîne l'annulation de la chirurgie.

Arthroplastie totale du genou

Livret d'information pour les patient

Jour de chirurgie

Le jour de la chirurgie, venez à l'hôpital au bon moment. Vous serez contacté par téléphone avec un délai pour venir à l'hôpital pour votre chirurgie, un à deux jours avant votre chirurgie.

- Demandez à quelqu'un de vous conduire à l'hôpital.
- Entrez par l'entrée principale et enregistrez-vous auprès du greffier.
- Vous serez dirigé vers la zone pré-chirurgicale où la préparation nécessaire sera effectuée pour votre chirurgie.
- Si cela n'a pas été fait lors de votre rendez-vous PAU, vous et le médecin responsable de l'anesthésie déciderez ensemble du type d'anesthésie qui vous convient le mieux.
- Vous verrez votre chirurgien avant votre opération.
- Une intraveineuse (IV) sera démarrée dans l'un de vos bras.
- Vous pouvez recevoir une sédation et d'autres médicaments avant votre chirurgie.
- Vous serez conduit au bloc opératoire.
- Vous serez anesthésié.

L'opération dure 60 à 70 minutes. Une fois l'opération terminée, vous serez conduit en salle de réveil. Vous verrez le physiothérapeute dans la salle de réveil et rentrerez chez vous à partir de là.

Anesthésie

Votre anesthésiste discutera avec vous de la possibilité de rester éveillé pendant la chirurgie ou de prendre des médicaments pour vous endormir. Si vous choisissez de rester éveillé, vous ne verrez pas la chirurgie se dérouler et vous ne ressentirez aucune douleur.

1. Anesthésie régionale (rachidienne ou péridurale) : Le médicament est injecté dans le liquide céphalo-rachidien sous votre moelle épinière, gelant les nerfs de vos hanches et de vos jambes. Une petite zone du bas du dos est gelée. Une très petite aiguille est utilisée pour injecter le médicament sous votre moelle épinière (l'aiguille est retirée). Peut causer un mal de tête et/ou un mal de dos.

2. Anesthésie générale : Vous êtes endormi pendant toute la chirurgie.

Game Ready Pneumatic Compression + Cryotherapy Unit

Patient Rental Information Sheet

To reserve a GameReady device – please call 613 686 4557

Your surgeon has prescribed the Game Ready System for you to assist with your recovery from surgery or injury. Game Ready is the injury treatment of choice of thousands of prominent orthopaedic clinics and physical therapy centres as well as teams and athletes in almost every professional and competitive sport.

This document will provide you with information regarding the rental of a Game Ready Unit and common questions that might arise in its usage by patients at home.

WHAT: THE Game Ready System combines intermittent pneumatic compression and cooling in a single system to provide treatment to an injury or during post-surgical recovery.

WHY: Intermittent compression with cryotherapy has been shown to decrease the amount of localized edema and pain to a joint or area, allowing greater range of motion and earlier recovery and return to full function.

PROTOCOL: This system will only be applied while at rest and is not intended for use while active.

- 1) **Initial usage** – Acute injury or immediate post-op with or without post-op dressings or bandage (usually up to 72 hours or as tolerated by individual):
 - Apply the system 30 minutes ON and 60 minutes OFF at a low compression of 5-15 mmHg (Program 5) while you are awake.
 - If uncomfortable change to Program 4 which will apply no pressure, only cooling.
 - If you experience any increase in pain or discomfort even at Program 4, we recommend stopping usage immediately and consult your referring physician, rehab specialist or Kinemedics representative.
- 2) **Continued Usage** – After post-op dressings are removed or as tolerated after initial 72 hours
 - A 4x4 gauze bandage with a tubi-grip compression sleeve over the dressing should be applied before applying the Game Ready Sleeve.
 - Apply the Game Ready system for 30 minute ON and 60 minutes OFF (Program 5) with low compression (5-15 mmHg) while you are awake.
 - The amount of compression may be increased to medium (5-25 mmHg) if tolerated.
 - Once again, please let us know if you experience any increase in pain or discomfort; the system can be stopped immediately any time.