

Adénoïdectomie

Hôpital régional Valley

Mon opération a lieu le :

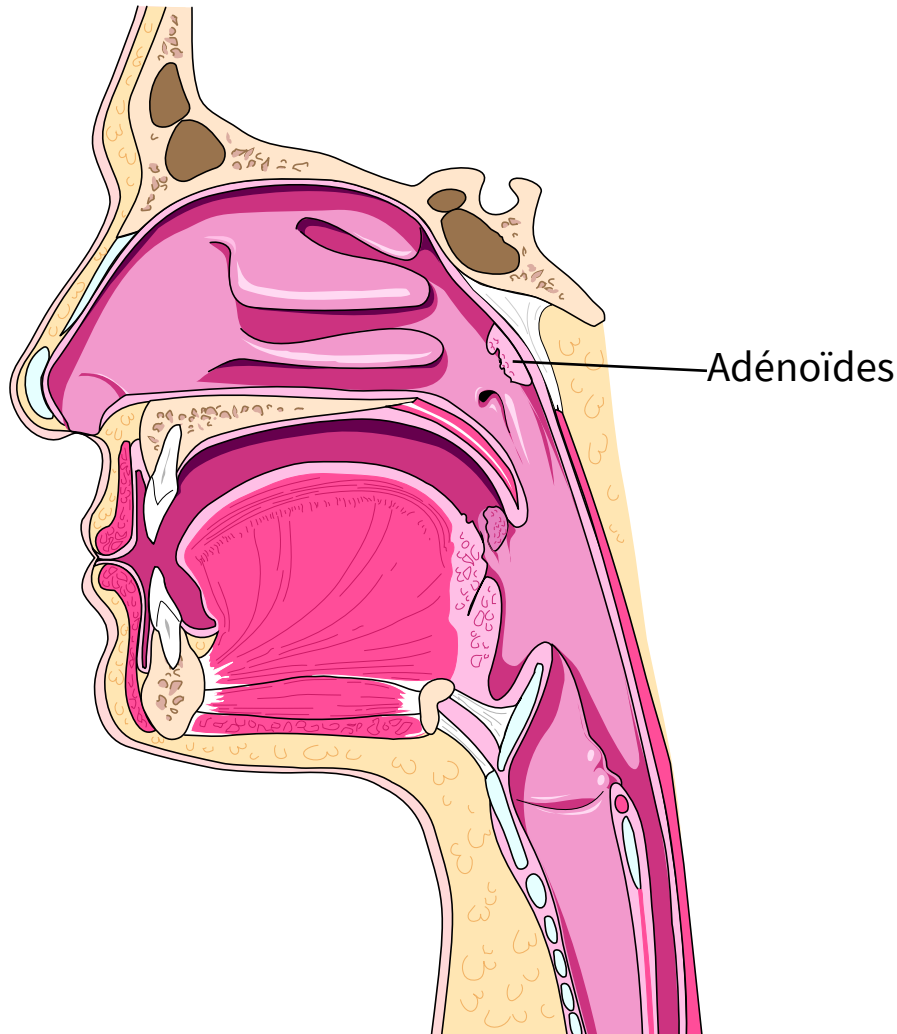
Date : _____

Heure : _____

Adénoïdectomie

Qu'est-ce qu'une adénoïdectomie?

- Une adénoïdectomie est une opération visant à retirer les adénoïdes. Les adénoïdes sont similaires aux amygdales, mais elles se trouvent à l'arrière du nez. Elles sont retirées par la bouche.



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

- Pour la plupart des gens, l'opération est effectuée en **chirurgie d'un jour**. Cela veut dire que vous pouvez quitter l'hôpital le jour même de l'opération.
- **Si vous souffrez d'apnée obstructive du sommeil (AOS) modérée à sévère (grave)**, vous pourriez devoir rester à l'hôpital pour la nuit pour que nous puissions surveiller votre AOS.

À titre de patient·e de l'Unité de chirurgies de jour :

- › Vous viendrez à l'hôpital le jour de votre opération.
- › On vous opérera à la salle d'opération.
- › Vous quitterez l'hôpital après votre opération avec une personne adulte responsable qui vous conduira à la maison et qui vous aidera pendant 24 heures (1 journée), au besoin.

Se préparer pour l'opération

- Il se peut que vous deviez passer des examens avant votre opération. Cela dépendra de votre état de santé général et du type d'intervention que vous allez subir. Le personnel vous contactera pour organiser ces examens avant l'opération, si nécessaire.
- **Prévoyez qu'une personne adulte responsable vous ramène chez vous et reste à vos côtés pendant les 48 premières heures (2 jours) après votre opération.** Cette mesure vise à assurer votre sécurité.
- Si vous prenez des médicaments, veuillez en parler avec votre chirurgien·ne avant votre opération. Il ou elle vous dira quels médicaments vous devez prendre avant l'opération avec une gorgée d'eau et ceux que vous devez arrêter de prendre avant l'opération.
- Faites des réserves de vos liquides préférés, par exemple eau, jus, Gatorade® ou Powerade^{MD}, lait frappé et soupe.
- Ayez de l'acétaminophène (Tylenol®) à la maison.

Médicaments

Pendant les 14 jours (2 semaines) précédant votre opération

- **Ne prenez pas** de médicaments ou produits naturels ou à base d'herbes médicinales. Ces produits peuvent aggraver les saignements.



Pendant les 10 jours précédant votre opération

- **Ne prenez pas** d'AAS (acide acétylsalicylique, Aspirin^{MD}).

Pendant les 7 jours précédant votre opération

- **Ne prenez pas** d'ibuprofène (Advil^{MD}, Motrin®).

Vous pouvez prendre de l'acétaminophène (Tylenol®).

La nuit précédant l'opération

- Ne mangez et ne buvez rien après minuit la nuit précédant l'opération.



Le matin de l'opération

- Vous pouvez prendre vos médicaments selon les indications de votre chirurgien·ne avec de petites gorgées d'eau.
- Vous pouvez vous brosser les dents.
- Suivez toutes les instructions que vous avez reçues à la clinique préadmission (si vous y avez eu un rendez-vous).
- Démaquillez-vous et retirez tous vos bijoux avant de vous rendre à l'hôpital.
- Si vous avez les cheveux longs, attachez-les avec un élastique.
- Nous vous recommandons de vous raser le visage.
- Santé Nouvelle-Écosse offre un environnement sans fumée et sans parfum. Veuillez respecter cette politique. **N'utilisez pas** de produits parfumés (comme du parfum, de la lotion après-rasage, du fixatif à cheveux parfumé).

Informez votre chirurgien·ne des situations suivantes :

- › Vous tombez malade (diarrhée [avoir des selles molles et liquides], vomissements [vomir], nausées [avoir mal au cœur]) avant votre opération.
 - › Vous tousssez, avez un rhume ou de la fièvre (température supérieure à 38 °C ou 100,4 °F).
- Prévoyez beaucoup de temps pour trouver une place de stationnement.

Le jour de l'opération, veuillez apporter :

- Votre carte santé provinciale
- Votre carte d'assurance-maladie privée (si vous avez une)
- Tous vos médicaments dans leur emballage d'origine (y compris les produits sur ordonnance et en vente libre, les inhalateurs, les crèmes, les gouttes pour les yeux, les timbres, les produits à base d'herbes médicinales, les vitamines et les suppléments)
- Votre appareil VPPC ou CPAP (si vous avez un)
- Un sac ou un récipient pour le retour à la maison (au cas où vous vomiriez)

Votre rendez-vous

- Votre opération pourrait être annulée si vous arrivez en retard.
- Si vous ne pouvez pas venir à votre rendez-vous, contactez le bureau de réservation le plus rapidement possible :
 - › Téléphone : 902-679-2657, poste 2401
- Arrivez 2 heures avant l'heure prévue de votre opération ou selon les instructions du bureau de votre chirurgien·ne.
 - › Si votre opération est prévue à 8 h, veuillez arriver au plus tard à 6 h 15.
- **Passez par l'entrée principale et inscrivez-vous au bureau central de l'inscription.**
- Des retards à la salle d'opération peuvent entraîner un changement de l'heure de votre opération. Il est possible que votre opération soit annulée s'il y a une urgence. Dans ce cas, le bureau de votre chirurgien·ne vous appellera pour établir une nouvelle date.

Après l'opération

Après une anesthésie générale (médicament utilisé pour vous endormir pendant l'opération) :

- › Une personne adulte responsable doit vous ramener à la maison.
 - › Une personne adulte responsable doit rester avec vous et vous aider pour les 24 premières heures (1 journée) après l'opération.
- **Ne vous levez pas** par vous-même la première fois. Appelez le personnel infirmier pour obtenir de l'aide. Une certaine somnolence pourrait encore être présente.
 - **Ne fumez pas.** Fumer ralentit la guérison.
 - Il est normal d'avoir mauvaise haleine pendant 7 à 10 jours après l'opération. Cela est dû à une croûte située derrière votre nez. Cela ne signifie **pas** que vous avez une infection.



Soins après le départ de l'hôpital

Pendant les 24 heures (1 journée) qui suivent l'opération

- **Ne conduisez pas** de voiture et **n'utilisez pas** de machines lourdes.
- **Ne signez pas** de documents juridiques ou d'autres documents importants.
- **Ne prenez pas soin** d'autres personnes, y compris des enfants.
- La guérison prendra environ 3 mois. Pour vous aider à vous rétablir le plus rapidement possible :
 - › Gérez votre douleur.
 - › Buvez beaucoup.
 - › Reposez-vous bien.

Douleur

- Les maux d'oreille et de gorge sont normaux après l'opération. La douleur pourrait augmenter pendant 3 à 7 jours. Cela est normal et ne constitue généralement pas un signe de complication.
- Prenez vos médicaments contre la douleur selon les instructions fournies. Surveillez attentivement la quantité de médicaments que vous prenez.
- La douleur diminuera après 7 à 10 jours.
- Si vous avez mal au cœur, vous pouvez prendre des Graval^{MC}. Vous voudrez peut-être en prendre 30 minutes avant de prendre votre médicament d'ordonnance contre la douleur.
- Si votre peau pique (rash qui démange), un antihistaminique pourrait vous aider (p. ex. Benadryl[®], Claritin[®], Reactine[®], Aeries[®]). Suivez les instructions sur l'emballage.
 - › Il est préférable de prendre le Benadryl[®] le soir ou la nuit, car ce médicament peut causer de la somnolence.
 - › Si vous souffrez de constipation (incapacité de faire caca), vous pouvez boire du jus de pruneau, manger des dattes ou utiliser un médicament en vente libre (comme Senokot[®] ou RestoraLAX[®]) ou du psyllium (Metamucil[®]).

- **Si vous faites de la fièvre pendant plus de 3 jours, allez au service des urgences le plus proche.**
- **Si vous avez une forte douleur au cou qui ne disparaît pas même en prenant du Tylenol[®] ET que vous vomissez du sang rouge vif, rendez-vous immédiatement au service des urgences le plus proche.**

Médicaments

- On vous prescrira un antibiotique.
- Prenez du Tylenol® avec vos médicaments habituels. Suivez la posologie sur l'emballage. **Ne prenez pas** plus de 4 grammes (4 000 mg) de Tylenol® par jour.
 - › La prise régulière de Tylenol® améliore l'efficacité des médicaments antidouleur sur ordonnance et peut réduire la quantité dont vous aurez besoin.
- **À moins que votre chirurgien·ne vous donne son accord, faites preuve de prudence avec les médicaments qui suivent ou évitez de les prendre :**
 - › Acide acétylsalicylique, également appelé AAS (Aspirin^{MD})
 - › Ibuprofène (Advil^{MD})
 - › Médicaments contenant de l'AAS ou de l'ibuprofèneSi vous présentez des saignements après l'opération, ces médicaments peuvent les aggraver.
- Votre chirurgien·ne pourra vous prescrire des médicaments contre la douleur.
 - › **Ne buvez pas d'alcool** pendant que vous prenez des médicaments contre la douleur.



Hydratation et alimentation

- Buvez autant que possible (au moins 2 à 3 litres par jour). **N'arrêtez pas** de boire même si cela vous fait mal. Au besoin, prenez beaucoup de petites gorgées.
- C'est correct de ne pas manger d'aliments solides pendant quelques jours pourvu que vous preniez des liquides, comme des boissons fouettées (« smoothies »), des sucettes glacées (« popsicles », « freezies »), des yogourts, des puddings, du Jell-O®, de la crème glacée, des soupes, etc.
- Vous pouvez recommencer à manger normalement lorsque vous vous sentirez prêt·e.

Activité

- Reposez-vous suffisamment.
- Prenez au moins 1 semaine de congé du travail ou de l'école.
- **Ne faites pas** de long voyage à moins d'en avoir parlé à votre chirurgien·ne.

Pendant 1 semaine après l'opération

- **Ne faites pas** d'exercice, de sports, de danse ou d'activités physiques intenses.

Saignements

- Vous pourriez avoir des saignements jusqu'à 2 semaines après l'opération.
- Après 1 semaine, vous pouvez vous attendre à ce qu'une croûte se détache et cause un petit saignement. Vous pourriez voir du sang rouge frais dans votre bouche, dans votre nez ou dans vos vomissements.

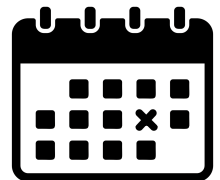
Rendez-vous immédiatement au service des urgences le plus proche :

- › Si vous crachez plus de 1 cuillère à table de sang frais.
- › Si le saignement n'arrête pas.

- La plupart du temps, les saignements sont mineurs et s'arrêtent sans aucun traitement. Cependant, un·e prestataire de soins de santé doit vous examiner. Une opération est rarement nécessaire pour arrêter le saignement.

Suivi

- On vous donnera un rendez-vous avec votre chirurgien·ne 4 à 6 semaines après votre opération. Allez à tous vos rendez-vous de suivi.



Ce dépliant est uniquement conçu à des fins éducatives. Il ne remplace pas les conseils ou le jugement des professionnels de la santé. L'information peut ne pas s'appliquer à toutes les situations. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à les poser à votre prestataire de soins de santé.

Vous trouverez toutes les ressources à l'intention des patients à :
www.nshealth.ca/patient-education-resources?language=French

Pour joindre un infirmier autorisé ou une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps :
composez le 8-1-1 ou consultez <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>

Préparation : Oto-rhino-laryngologie, opérations de la tête et du cou, Hôpital régional Valley

Illustration : LifeART Super Anatomy 1 Images, Copyright © 1994, TechPool Studios Corp. USA

Conception et gestion : Services de la bibliothèque

FF85-2176 © Mars 2026 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse

L'information contenue dans cette publication doit être révisée en mars 2029 ou avant, au besoin.

Pour en savoir plus : <https://library.nshealth.ca/patient-education-resources>