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 la présente publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à :
https://library.nshealth.ca/Patients-Guides (en anglais seulement).

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 : Unités de chirurgie de jour (VG, HI et HGD)
Conception : Services de la bibliothèque de Santé Nouvelle-Écosse

FF85-1118 © Mars 2023 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse
L'information contenue dans cette publication doit être révisée en mars 2026 ou avant, au besoin.

santé nouvelle-écosse

Guide à l'intention des patients et des familles
2023

Planification de votre séjour à l'hôpital après une opération

Halifax Infirmary (HI)
Victoria General (VG)
Hôpital général de Dartmouth (HGD)

Also available in English: WO85-1395
Planning for Your Hospital Stay After Surgery - HI, VG, DGH

santé nouvelle-écosse

www.nshealth.ca

Visites aux patients

Demandez au personnel infirmier quelles sont les règles concernant les visites aux patients dans votre unité.

Congé de l'hôpital

Prévoyez qu'un·e adulte responsable vous accompagne pour le retour à la maison et pendant les 24 heures qui suivent votre congé de l'hôpital.

Vous avez des questions? N'hésitez pas à demander conseil à un membre de votre équipe soignante.

Nous sommes là pour vous aider.

Notes :

- Vos selles pourraient être plus dures, plus molles, plus ou moins liquides qu'avant l'opération.
- Vous pourriez avoir des problèmes de constipation (incapacité à faire caca). La constipation peut être causée par :
  - certains médicaments contre la douleur;
  - la déshydratation (manque de liquides);
  - l'immobilité (ne pas bouger suffisamment).
- Si vous en avez besoin, votre équipe soignante peut vous donner un médicament appelé laxatif (médicament qui aide à faire caca) ou un émollient pour soulager la constipation.

Instructions liées à votre opération et soins à la maison

- Avant de recevoir votre congé de l'hôpital, votre équipe soignante vous donnera de l'information sur le type d'opération que vous avez subie et des instructions pour votre retour à la maison.
- Si vous avez des questions sur votre opération ou sur la façon de prendre soin de vous à la maison, posez-les à votre équipe soignante avant de quitter l'hôpital.

Planification de votre séjour à l'hôpital après une opération : HI, VG et HGD

Savoir la date et l'heure de votre opération

Halifax Infirmary et Victoria General :

- La veille de votre opération, nous vous appellerons entre midi et 14 h afin de confirmer l'heure de votre opération. Si votre opération a lieu un lundi, nous vous appellerons le vendredi.
- Si vous ne prévoyez pas être à la maison pendant cette période, vous devez communiquer avec nous pour confirmer l'heure de votre opération.
- Si nous n'avons pas communiqué avec vous à 14 h, veuillez appeler à l'hôpital (endroit où votre opération aura lieu), entre 14 h et 15 h 30.
  - Halifax Infirmary : 902-473-3187
  - Victoria General : 902-473-6629

Hôpital général de Dartmouth :

On vous dira la date et l'heure de votre opération lors de votre rendez-vous à la clinique de pré-évaluation. Si la date de votre opération doit être modifiée, le personnel du bureau de votre chirurgien·ne communiquera avec vous.

Une semaine avant l'opération :

Vous pourriez devoir cesser de prendre certains médicaments avant votre opération. Suivez les instructions qui vous ont été données à la Clinique d'anesthésie périopératoire (clinique de préadmission) concernant la prise de vos médicaments.

Veille de l'opération :

- Prenez une douche ou un bain complet et lavez vos cheveux le soir précédant l'opération ou le matin de l'opération.
- **N'utilisez pas** de produits parfumés. Santé Nouvelle-Écosse est un environnement sans parfum.
- Au besoin, nous vous donnerons des directives de préparation de la peau.
- **Ne fumez ou ne vapotez pas après votre repas du soir, la veille de votre opération.**
  - Fumer et vapoter peut augmenter les sécrétions (liquides) dans vos poumons et entraîner des problèmes après l'opération.
  - **Santé Nouvelle-Écosse est un environnement sans fumée.** Informez-vous au sujet du programme d'abandon du tabac auprès des membres de votre équipe de soins de santé.

- Quelqu'un vous aidera à sortir du lit les premières fois, puis au besoin.
- Vous ressentirez une certaine douleur lorsque vous commencerez à bouger après l'opération. Parlez à votre équipe soignante si la douleur vous empêche de faire de l'exercice.

Nutrition

- Il se peut que l'on vous pose une perfusion (I.V.) pour vous aider à vous hydrater suffisamment.
- Lorsque vous serez prêt·e, votre équipe soignante vous aidera à recommencer à manger et à boire normalement.

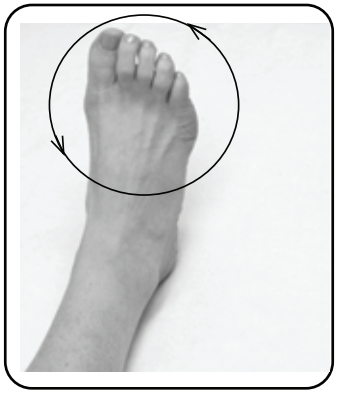
Urine (faire pipi)

- Après l'opération, le personnel infirmier vous demandera d'essayer d'uriner.
- Il est possible qu'un cathéter (tube fin) soit utilisé pour drainer votre vessie si vous ressentez de la douleur ou de la difficulté au moment d'uriner.
- Le personnel infirmier retirera le cathéter quand vous n'en aurez plus besoin pour uriner.

Selles (faire caca)

- Vous pourriez aller à la selle plus ou moins souvent ou à un moment différent de la journée qu'avant l'opération.

- Tracez des cercles avec les 2 chevilles vers la droite. Répétez ce mouvement vers la gauche. Relâchez.



- Faites glisser un talon vers vos fesses. Gardez le talon et les fesses sur le lit. Maintenez la position pendant 5 secondes. Répétez avec l'autre jambe.

Activités après l'opération

- Il est important d'avoir une vie aussi active que possible. Trop peu d'activité peut retarder votre rétablissement.
- La quantité d'activité que vous pourrez faire dépendra du type d'opération que vous avez subie.
- Votre équipe soignante vous encouragera à sortir du lit.

Prothèses et appareils dentaires

- Vous pouvez porter vos prothèses dentaires, vos appareils de rétention ou vos aligneurs Invisalign® à l'hôpital.
- Juste avant de vous rendre à la salle d'opération, un membre de votre équipe soignante vous demandera de les retirer et de les déposer dans un récipient portant votre nom.

Lunettes et verres de contact

- Apportez un étui pour ranger vos lunettes pendant que vous ne les portez pas.
- **Ne portez pas de verres de contact (lentilles cornéennes).** Si vous **devez** les porter, apportez votre étui et votre solution de nettoyage.
- Dites au personnel infirmier que vous portez des lentilles cornéennes. **Vous devrez les retirer avant d'entrer dans la salle d'opération.**

Appareils auditifs

Si vous portez un appareil auditif, apportez-le et apportez un étui pour le ranger.

Articles de soins personnels

Veuillez apporter les articles suivants à l'hôpital :

- ☐ Pyjamas ou vêtements amples (comme des tenues d'entraînement ou d'intérieur) et des chaussures confortables fermées à l'arrière, qui soutiennent bien le pied. Les chaussures à semelles en caoutchouc et à lacets sont idéales.
- ☐ Robe de chambre (peignoir)
- ☐ Sous-vêtements et bas
- ☐ Soutien-gorge
- ☐ Pantoufles à semelles en caoutchouc
- ☐ Brosse à dents
- ☐ Dentifrice
- ☐ Rince-bouche
- ☐ Peigne ou brosse à cheveux
- ☐ Savon (non parfumé)
- ☐ Shampoing (non parfumé)
- ☐ Lunettes, verres de contact et étui
- ☐ Prothèse dentaire, dentier, nettoyant pour dentier, agent de fixation si vous en utilisez
- ☐ Hydratant
- ☐ Rasoir
- ☐ Désodorisant (non parfumé)

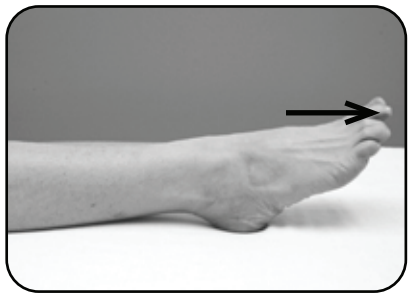
Autres articles d'hygiène personnelle dont vous pourriez avoir besoin. Si vous le pouvez, confiez ces objets à vos proches ou à vos personnes de soutien, qui les apporteront dans votre chambre après l'opération.

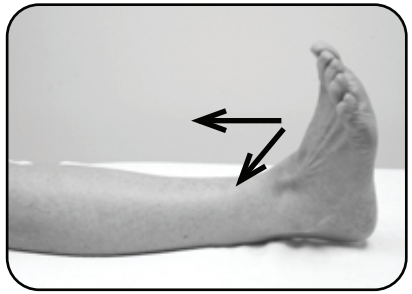
Exercices des pieds et des jambes

- Les exercices des pieds et des jambes favorisent la circulation sanguine.
- **Ne restez pas** longtemps au lit sans bouger les jambes et les pieds. Votre équipe soignante vous encouragera à sortir du lit. Le fait de ne pas bouger pendant une longue période peut ralentir votre rétablissement et entraîner des complications (comme des caillots sanguins).
- Ces exercices doivent être effectués au moins 5 fois toutes les heures. Le personnel infirmier peut vous aider ou vous donner plus d'information, au besoin.
- **Ne faites pas ces exercices si votre chirurgien·ne vous le déconseille.**

Pour faire ces exercices :

- Pointez vos orteils vers le plancher, détendez votre pied, puis pointez vos orteils vers le plafond et détendez votre pied.





Exercices

Exercices de respiration profonde et de toux

- À l'unité de soins infirmiers, vous ferez les exercices de respiration profonde et de toux que vous faisiez à la maison :
  1. Inspirez profondément par le nez.
  2. Retenez votre souffle pendant 2 à 3 secondes.
  3. Expirez par la bouche.
  4. Répétez l'exercice 6 ou 7 fois.
  5. Retenez votre dernière inspiration pendant **seulement 1 seconde** et toussez fermement.

  Si votre toux s'accompagne de mucosités, répétez l'exercice en commençant par la première étape.
- Ces exercices vous aident à éclaircir vos poumons et facilitent votre respiration.
- Le meilleur moment pour faire ces exercices est environ 20 minutes après avoir pris vos médicaments contre la douleur.
- On vous donnera un oreiller spécial à utiliser pour ces exercices. Quand vous faites ces exercices, tenez l'oreiller sur les incisions (coupures) sur votre poitrine ou votre estomac (ventre). Cela vous aidera à soutenir les incisions et à alléger tout inconfort.
- Faites ces exercices au moins 5 fois par heure de réveil jusqu'à ce que vous soyez capable de bouger et de marcher dans le couloir.

Objets de valeur

- Laissez vos objets de valeur (bijoux, argent, cartes de débit ou crédit, carnets de chèques) chez vous.
- **Enlevez tous vos bijoux, y compris les bagues d'orteil, à la maison**.
- **Tous les bijoux de perçage corporel (que ce soit sur le nez, le nombril, la langue ou les oreilles) doivent être retirés à la maison**.
  - Si vous ne voulez pas ou ne pouvez pas retirer un bijou de perçage corporel, **informez-en un membre de votre équipe soignante**.
- L'hôpital n'est pas responsable des objets perdus.

Le jour de l'opération :

Veuillez apporter les choses suivantes à l'hôpital :

- ☐ **Tous** vos médicaments dans leurs contenants d'origine (y compris les gouttes, les inhalateurs et pompes, les timbres, les injections, les crèmes et onguents, les médicaments en vente libre [dont les suppléments à base de plantes et les vitamines] et les médicaments sur ordonnance).
- ☐ Carte santé provinciale
- ☐ Carte d'assurance privée (si vous en avez une)

☐ Directive personnelle (si vous en avez une). Pour plus d'information, consultez la ressource *Planification préalable des soins — Faire connaître vos souhaits personnels et médicaux* :
› www.nshealth.ca/patient-education-resources/2180

Numérisez le code QR sur votre téléphone intelligent (ouvrez l'appareil photo de votre téléphone intelligent, pointez l'appareil photo vers le code et appuyez sur la bannière ou la bordure qui apparaît).

☐ Appareil de ventilation en pression positive continue (VPPC) (si vous en avez un)

Si vous faites de la fièvre ou si vous présentez des symptômes de rhume ou de grippe, communiquez avec le bureau de votre chirurgien·ne avant de vous présenter à l'hôpital. Nous pourrions devoir reporter votre opération.

Suivez les consignes que vous avez reçues à la Clinique d'anesthésie périopératoire (clinique de préadmission) au sujet de vos médicaments.

- Vous pourriez voir un colorant sur la peau qui entoure l'endroit où l'opération a eu lieu. C'est normal. Le colorant provient d'un liquide que le personnel de la salle d'opération utilise pour nettoyer la peau avant l'intervention.
- Quand vous serez plus éveillé·e et plus à l'aise, le personnel de l'USPA vous conduira à votre chambre dans une unité de soins infirmiers.

Unité de soins infirmiers

- À l'unité de soins, le personnel infirmier continuera de surveiller votre état.
- Une sonnette d'appel vous permettra d'appeler le personnel infirmier, au besoin.

Gestion de la douleur

- Le personnel de l'unité veillera à ce que vous soyez le plus à l'aise possible. Des médicaments contre la douleur (analgésiques) seront à votre disposition.
- **N'attendez pas** d'avoir beaucoup de douleur pour demander des analgésiques au personnel infirmier. Le fait de contrôler votre douleur aidera votre guérison.

Après l'opération

Salle de réveil

- Vous vous éveillerez à l'Unité de soins post-anesthésiques (USPA) pour vous remettre de l'anesthésie.
- Le personnel infirmier de l'USPA surveillera de près :
  - › votre perfusion intraveineuse (I.V.)
  - › vos pansements
  - › vos drains
  - › votre tension artérielle
  - › votre pouls
  - › votre respiration
  - › votre taux d'oxygène
- Le personnel infirmier pourrait vous donner de l'oxygène au moyen de canules nasales ou d'un masque si vous en avez besoin.
- Le personnel infirmier vérifiera votre niveau de douleur. On pourrait vous demander d'évaluer votre douleur sur une échelle de 0 à 10.
- Le personnel infirmier pourrait vous donner des médicaments pour soulager la douleur, si nécessaire. Il continuera à vérifier votre douleur pour s'assurer que vous êtes aussi à l'aise que possible.

Présentez-vous à l'Unité de chirurgie d'un jour :

☐ **Halifax Infirmary**, 5e étage

- **Arrivez 3 heures avant l'heure prévue de votre opération** ou à l'heure indiquée par le personnel du bureau de votre chirurgien·ne.
  - › Si votre opération est prévue à 7 h 30, veuillez arriver à 5 h 30 au plus tard.
- Entrez par l'entrée principale et repérez une borne d'inscription ou demandez au bureau d'information où vous devez vous rendre.

☐ **Victoria General**, édifice Victoria, 10e étage

- Utilisez l'entrée de l'édifice Dickson si vous arrivez avant 6 h.
  - › Si votre opération est prévue à 7 h 30, veuillez arriver à 6 h au plus tard.
- Prenez l'ascenseur de l'édifice Victoria jusqu'au 10e étage et suivez les affiches pour vous rendre au comptoir d'inscription.

☐ **Hôpital général de Dartmouth**, étage principal

- **Arrivez 2 heures avant l'heure prévue de votre opération** ou à l'heure indiquée par le bureau de votre chirurgien·ne.
  - › Si votre opération est prévue à 7 h 30, veuillez arriver à 6 h au plus tard.
- Inscrivez-vous à l'Unité de chirurgie de jour.

Anesthésie

- Vous recevrez un analgésique (médicament qui aide à soulager la douleur) avant l'opération.
- Selon le type d'opération qu'on vous fait, vous recevrez :
  - **une anesthésie générale** (médicament pour vous endormir)

ou

  - **une anesthésie locale** (seule une partie de votre corps sera insensibilisée). Avec l'anesthésie locale, on administre habituellement **un sédatif** (médicament qui vous aidera à vous détendre) au moyen d'un tube intraveineux (I.V.) placé dans une veine de votre bras.

- Votre chirurgien·ne et votre anesthésiste discuteront avec vous et répondront à vos questions avant votre opération.

Mises à jour faites à vos proches et à vos personnes de soutien concernant votre état

- Vos proches et vos personnes de soutien font partie intégrante de vos soins.
- Tous les hôpitaux de Santé Nouvelle-Écosse ont des salles d'attente où les proches et les personnes de soutien peuvent attendre pendant votre opération.

Si votre opération a lieu au Halifax Infirmary et à Victoria General :

  - Du personnel infirmier de liaison se rend dans la salle d'attente plusieurs fois dans la journée.
  - Il avise vos proches et vos personnes de soutien de votre état et de vos progrès.
  - Le personnel infirmier de liaison travaille du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h.

Si votre opération a lieu à l'Hôpital général de Dartmouth :

  - Nous sommes en train de modifier la façon dont nous contactons les proches. En attendant, demandez à un membre de votre équipe soignante comment on informera vos proches et vos personnes de soutien de la fin de votre opération.

- Le personnel infirmier de la salle préopératoire vous parlera dans le cadre de l'évaluation préopératoire. Il pourrait vous poser des questions auxquelles vous avez déjà répondu. Il doit poser ces questions pour respecter les normes de sécurité des patients de Santé Nouvelle-Écosse.

Opération

La salle d'opération

- Le personnel infirmier de la salle d'opération s'entretiendra avec vous avant que vous ne vous rendiez à la salle d'opération. Il vous posera des questions conformément à la liste de vérification pour la sécurité des patients qui subissent une opération.
- La salle d'opération pourrait vous sembler froide. Nous vous donnerons une couverture chaude.
- Le personnel de la salle d'opération vous aidera à vous installer sur un lit.
- Vous recevrez un anesthésique par voie intraveineuse (I.V.) dans une veine de votre bras. Cela vous endormira.
- Selon l'opération, on pourrait poser un grand coussin sur votre jambe, votre dos ou votre épaule. Il s'agit d'un **coussin de mise à la terre**. C'est une autre mesure de sécurité.

Avant votre anesthésie

- **Ne mangez rien**, y compris des bonbons, **après minuit la veille de votre opération**.
- Vous pouvez boire des **LIQUIDES CLAIRS** jusqu'à **2 heures avant votre opération**, à moins d'indication médicale contraire. Les liquides clairs incluent :
  - Eau
  - Jus sans pulpe comme le jus de pomme ou de canneberge (**pas de jus d'orange**)
  - Boissons pour sportifs (comme Gatorade® ou Powerade®)
  - Thé ou café **sans lait ou crème**
- Vous pouvez prendre vos médicaments selon les directives de votre médecin, avec des gorgées d'eau.
- Vous pouvez vous brosser les dents.

Si vous ne suivez pas ces instructions, votre opération sera annulée.

Après une anesthésie générale, une anesthésie locale ou une sédation par intraveineuse (I.V.) :

Appelez-nous si vous avez des questions ou des préoccupations au sujet de l'anesthésie.

- Si votre opération a lieu à l'établissement **Halifax Infirmary ou à Victoria General** :
  - Téléphone : 902-473-4326
- Si votre opération a lieu à l'**Hôpital général de Dartmouth**, communiquez avec le bureau de votre chirurgien·ne.
  - Téléphone : _____
- Si le bureau est fermé, veuillez laisser un message. **Si vous avez besoin d'aide immédiatement, appelez le 811, rendez-vous dans une clinique sans rendez-vous ou à l'hôpital le plus proche.**

- Un·e adulte responsable (voiture, taxi, autobus) doit vous raccompagner à la maison.
- Un·e adulte responsable doit rester avec vous pendant les **24 premières heures (1 jour) suivant l'opération**.

Retards

- Des retards dans la salle d'opération peuvent entraîner un changement à l'heure prévue de votre opération.
- Il est possible que votre opération soit annulée en raison d'une urgence. Si cela se produit, votre équipe de soins de santé vous informera des prochaines étapes.

Unité de chirurgie d'un jour

Préparation dans la salle préopératoire

- C'est dans cette salle que vous vous préparerez pour la salle d'opération.
- **Aucune nourriture ou boisson n'est permise dans la salle préopératoire.**
- Le personnel de la salle préopératoire vous donnera une chemise d'hôpital, une robe de chambre et des pantoufles.
- Il est possible qu'une personne de soutien ou un proche puisse attendre avec vous dans la salle préopératoire jusqu'à votre opération. Demandez à un membre de votre équipe soignante si quelqu'un peut rester avec vous en attendant votre opération.