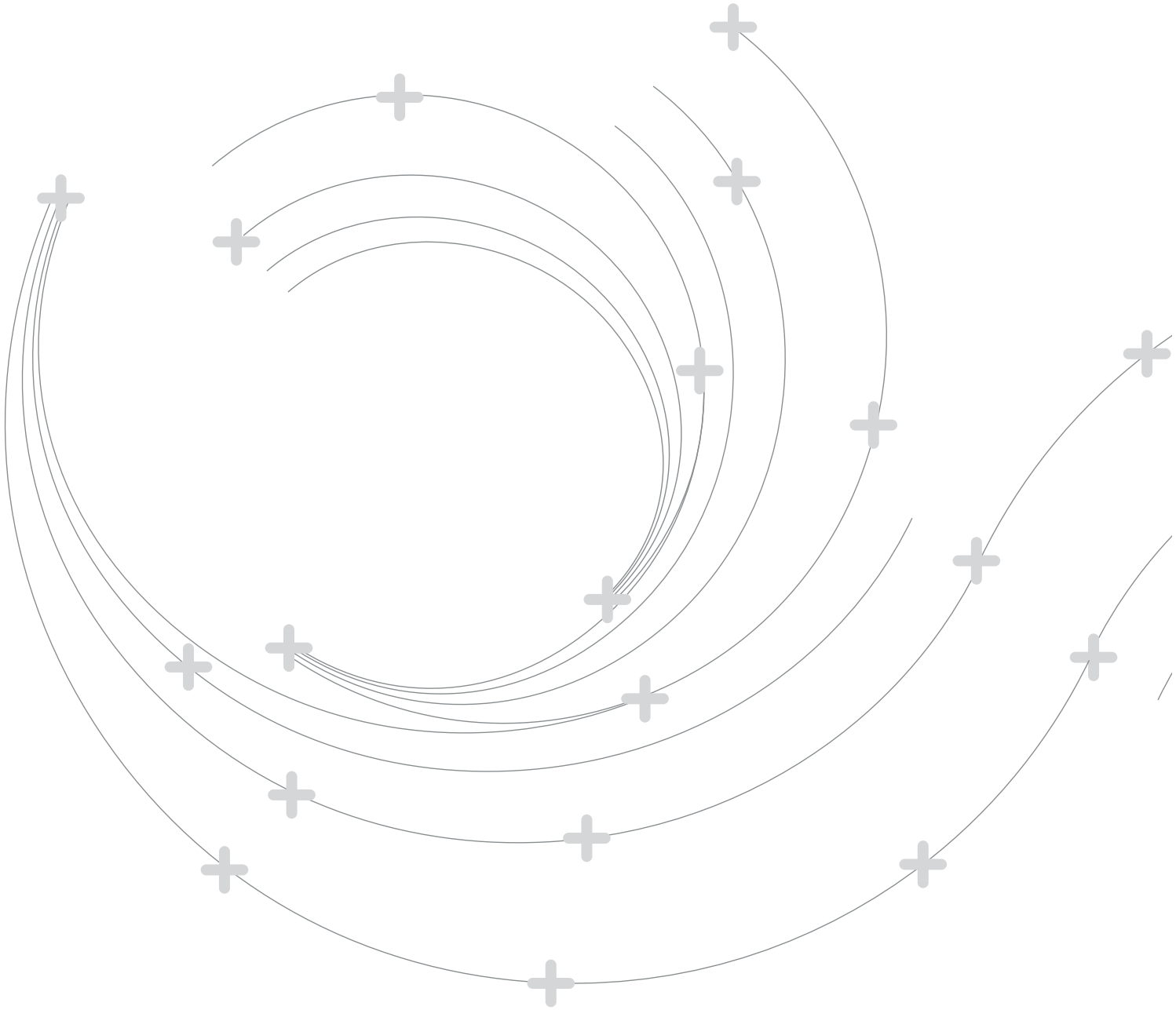

Préparation à une opération suivie d'un séjour à L'Hôpital d'Ottawa

L'Hôpital d'Ottawa

Avertissement

Le présent guide d'accompagnement contient des renseignements sur la santé et des conseils de nature générale. Il ne remplace pas l'avis d'un professionnel de la santé. Certains renseignements pourraient ne pas être applicables à votre situation. Consultez le médecin, l'infirmière ou un autre membre de votre équipe de soins pour déterminer s'ils s'appliquent à vous et obtenir des réponses à vos questions.

P454 (01/2025)

Le design graphique et l'impression par
les services d'imprimerie de L'Hôpital d'Ottawa.

Table des matières

Comment vous préparer 2

- Rendez-vous de préadmission 2
- Activité physique avant l'opération 2
- Tabagisme 2
- Alcool 3
- Options d'hébergement si vous habitez loin de l'Hôpital 4
- Planification de votre sortie de l'hôpital après l'opération 4
- Changement dans l'état de santé avant l'opération 6
- Annulation 6

Le jour avant l'opération 7

- Aliments et boissons le soir avant l'opération 7

Le jour de l'opération 8

- Aliments et boissons le jour de l'opération 8
- Prise de médicaments le jour de l'opération 9
- Préparation du corps à l'opération 9
- Votre chirurgie pourrait-elle être annulée 10
- Heure d'arrivée à l'hôpital 11
- Unité de chirurgie d'un jour 11
- Bloc opératoire 11
- Unité de soins postanesthésiques 11
- Transfert dans une unité de soins chirurgicaux 12

Sortie de l'hôpital 12

Notes 14

Bienvenue à L'Hôpital d'Ottawa. La préparation à une opération peut être une période stressante, tant pour vous que pour vos proches. Prenez un moment pour lire attentivement le présent guide et demandez à vos partenaires de soins (les personnes que vous souhaitez inclure dans vos soins) de le lire aussi. N'hésitez pas à poser des questions aux professionnels de la santé qui s'occupent de vous. Bien comprendre la façon de vous préparer vous aidera à participer activement à vos soins.

Comment vous préparer

Rendez-vous de préadmission

Vous aurez un rendez-vous de préadmission plusieurs jours ou semaines avant l'opération. Ce rendez-vous pourra avoir lieu en personne à l'hôpital ou par voie virtuelle (à l'aide d'un téléphone ou d'un ordinateur). Vous y rencontrerez une infirmière et, au besoin, un anesthésiologiste (médecin spécialisé dans l'administration de médicaments pour assurer votre sécurité et confort pendant l'opération). L'équipe vous posera des questions pour se renseigner sur vos antécédents médicaux et votre santé. Ces renseignements l'aideront à planifier vos soins. N'oubliez pas **d'apporter tous vos médicaments** à ce rendez-vous, y compris les médicaments en vente libre, les crèmes d'ordonnance, les gouttes pour les yeux, les inhalateurs et les produits naturels (vitamines, suppléments, etc.).

Activité physique avant l'opération

Il est important de préparer votre corps à l'opération en étant actif physiquement. Cela favorisera votre rétablissement. Voici des activités recommandées, si vous êtes en mesure de les faire.

- ✓ Maintenir ou augmenter vos activités quotidiennes (p. ex. marcher plus longtemps qu'à l'habitude).
- ✓ Faire des exercices qui ciblent l'étirement des muscles, l'équilibre et la mobilité.
- ✓ Faire des exercices de respiration profonde et de toux plusieurs fois par heure (lorsque vous êtes éveillé).

Tabagisme

Si vous fumez, nous vous conseillons fortement d'arrêter de fumer avant l'opération. Les patients qui fument risquent davantage d'avoir des infections ou des problèmes cardiaques et respiratoires graves pendant et après l'opération. Chose certaine, ne fumez pas le jour de l'opération.

- ❑ Si vous souhaitez arrêter de fumer, le Modèle d'Ottawa pour l'abandon du tabac vous donne accès à **du soutien gratuit**. Appelez au 1 888 645-5405 pour obtenir ce soutien.

- ❑ Si vous avez des questions sur l'abandon du tabac, vous pouvez appeler au 1 888 645-5405 ou écrire à omsc@ottawaheart.ca.

Alcool

Si vous buvez régulièrement de l'alcool dans les semaines avant l'opération, vous augmentez le risque d'avoir des problèmes de santé après l'opération. Nous vous conseillons d'arrêter de boire de l'alcool au moins 4 semaines avant l'opération. Cela vous aidera à guérir. Si vous ne parvenez pas à cesser de boire, réduisez votre consommation pendant les 4 semaines avant l'opération pour favoriser votre rétablissement.

	1 verre standard
341 mL (12 oz) d'une bière à 5 %	1 bouteille ou cannette de bière standard
142 mL (5 oz) d'un vin à 12 %	Mesurez et faites une marque sur votre verre
341 mL (12 oz) d'une boisson prémélangée (« cooler ») à 5 %	1 bouteille ou cannette standard
43 mL (1,5 oz) d'un spiritueux à 40 % (p. ex. gin, vodka, rhum, whisky)	Mesurez à l'aide d'un verre doseur ou versez 3 cuillères à table

Si vous buvez habituellement 4 verres ou plus d'alcool chaque jour ou si une diminution de votre consommation provoque des symptômes de sevrage de l'alcool comme des tremblements, des sueurs ou de l'agitation, ne cessez pas de boire d'un coup (soudainement). Voici ce que vous devriez plutôt faire :

- Expliquez à votre médecin de famille, à une infirmière praticienne ou au chirurgien que vous consommez une certaine quantité d'alcool chaque semaine.

- Après en avoir parlé à l'équipe de soins, vous pouvez aussi demander l'un des services suivants pour vous aider à diminuer votre consommation d'alcool :

  - ✓ **Visitez le** www.accessmha.ca/fr-ca pour obtenir du soutien en matière de santé mentale et de consommation de substances.

- ✓ **Demandez des services de ConnexOntario (gouvernement de l'Ontario)** au 1 866 531-2600 ou au www.connexontario.ca/fr-ca pour discuter avec un professionnel en ligne ou trouver des services dans votre secteur.

- ✓ **Adressez-vous à une personne de la Clinique d'accès rapide au traitement de la toxicomanie du Royal :** https://theroyal.accessraam.ca/ ou 613 722-6521, poste 6508.

Options d'hébergement si vous habitez loin de l'Hôpital

Si vous habitez à plus de 100 km de l'Hôpital et vos partnaires de soins souhaitent rester à Ottawa, il existe des établissements d'hébergement à prix modique près de l'Hôpital où ils peuvent réserver une chambre:

- **Rotel :** Allez à https://rotel.ca/fr/ ou appelez au 1 800 267-4700.

- **Corporation de la résidence de L'Hôpital d'Ottawa :** Écrivez à booking@rescorp.ca ou appelez au 1 855-366-3082.

Planification de votre sortie de l'hôpital après l'opération

- Vous ne pourrez peut-être pas conduire après l'opération. Veuillez donc prévoir un raccompagnement.

- Remplissez votre réfrigérateur, votre congélateur et vos armoires d'aliments sains et préparés.

- Planifiez une aide à domicile pour vous aider à faire les activités quotidiennes comme vous laver, vous habiller, aller aux toilettes et préparer les repas.

- Vous pourrez aussi avoir besoin d'aide pour conduire, faire la lessive, faire le ménage, payer les factures, prendre soin d'animaux de compagnie, arroser les plantes, prendre un bain et faire les soins personnels en général.

Voici des ressources qui peuvent vous aider à ce sujet :

Organisme	Service	Coordonnées
Popotte roulante	Service payant de livraison à domicile de repas prêts à manger.	https://mealsonwheels-ottawa.org/fr/ 613-233-2424
Santé à domicile Ontario	Services pour soutenir la santé et le mieux-être (p. ex. soins personnels). Vous devez répondre à certains critères.	https://ontariosanteadomicile.ca/soins-a-domicile/ 613-745-5525
Soins et soutien à domicile VHA	Services payants de répit, de soins personnels, de planification et de préparation de repas, d'entretien ménager et de transport aux personnes de 65 ans ou plus.	https://www.vhaottawa.ca/ 613-238-8420
Vous trouverez bien d'autres services communautaires en appelant au 211 ou en allant au https://211ontario.ca. Il s'agit d'une ligne d'aide gratuite et confidentielle.		

Si vous souhaitez séjourner ailleurs qu'à votre domicile pendant quelques jours après l'opération, vous pouvez envisager une convalescence dans une maison de retraite privée à proximité. Vous devrez payer les frais connexes. Vous pouvez contacter la maison de retraite de votre choix pour organiser votre séjour à l'avance. Demandez à parler au directeur du mieux-être et du marketing. Il vous renseignera sur la disponibilité des chambres et les services offerts.

Si vous avez des préoccupations au sujet de l'organisation de ce séjour ou de votre capacité de prendre soin de vous après l'opération, n'hésitez pas à communiquer avec le bureau de votre chirurgien. Son personnel pourrait vous recommander d'autres ressources.

Changement dans l'état de santé avant l'opération

Si votre état de santé change avant le jour de l'opération ou si vous avez des préoccupations pour votre santé en lien avec l'opération, **appelez au bureau de votre chirurgien.**

Annulation

Si vous devez annuler ou reporter votre opération, **appelez au bureau de votre chirurgien au moins 2 semaines avant la date de l'opération** ou dès que possible.

Le jour avant l'opération

Un membre du personnel de l'Hôpital vous appellera le jour avant l'opération. Il vous précisera l'heure et l'endroit où vous présenter au campus Civic, Général OU Riverside. Il est important de noter cet endroit.

Le tableau ci-dessous précise l'heure à laquelle vous recevrez cet appel la veille de l'opération et l'endroit où vous présenter pour l'opération.

Campus Civic	Campus Général	Campus Riverside
Nous vous appellerons entre 12 h 30 et 17 h.	Nous vous appellerons entre 15 h et 18 h.	Nous vous appellerons entre 13 h et 17 h.
Si vous n'avez pas reçu notre appel, veuillez appeler au :		
613-761-4718	613-737-8200	613-738-8531
Jour de l'opération : Présentez-vous à la réception de l'**Unité de chirurgie d'un jour**, au 3e étage, secteur D (pièce 302).	**Jour de l'opération :** Présentez-vous à la réception de l'**Unité de chirurgie d'un jour**, au 2e étage de l'Aile de soins critiques.	**Jour de l'opération :** Présentez-vous à la réception de l'**Unité de chirurgie d'un jour**, au rez-de-chaussée (pièce C200).

Nom de votre chirurgien : _____

Numéro de téléphone du bureau de votre chirurgien : _____

Nom du campus où aura lieu l'opération : _____

Heure à laquelle vous devez arriver le jour de l'opération : _____

Votre chirurgien vous précisera si vous devez rester à l'hôpital après l'opération, le type d'unité où vous séjournerez (p. ex. unité de patients hospitalisés ou de soins intensifs) et la durée de votre hospitalisation.

Aliments et boissons le soir avant l'opération

La veille de l'opération, vous pouvez manger et boire normalement jusqu'à minuit, sauf si le chirurgien vous a communiqué d'autres directives.

Le jour de l'opération

Rappels importants

- ✓ Venez à l'hôpital en compagnie d'un seul adulte.
- ✓ Apportez le numéro de téléphone de la personne qui vous souhaitez que le chirurgien contacte après votre opération.
- ✗ N'apportez aucun article de valeur (p. ex. argent, carte de crédit ou bijou) à l'hôpital. Notez que L'Hôpital d'Ottawa n'est pas responsable de la perte ni du bris de tels articles.

Aliments et boissons le jour de l'opération

- ✗ **À partir de minuit la nuit avant l'opération, cessez de manger et de boire,** à l'exception de liquides clairs.
- ✓ Vous pouvez boire des liquides clairs jusqu'à 90 minutes (1 heure et 30 minutes) avant l'heure de votre arrivée à l'hôpital. Boire des liquides clairs favorise le rétablissement.
- ✓ **À moins de directive contraire,** buvez au moins 2 tasses (500 mL) de liquides clairs avant l'opération.

Exemples de liquides clairs :

- ✓ Jus de pomme.
- ✓ Jus de canneberge blanche ou jus de raisin blanc.
- ✓ Boissons gazeuses claires (Sprite, Ginger Ale, 7-Up).
- ✓ Boissons énergisantes claires (p. ex. Gatorade ou Powerade).
- ✗ Si votre estomac n'est pas vide à votre arrivée, vous augmentez le risque de complications graves et de décès pendant l'opération. Cela pourrait donc causer l'annulation de votre opération.

Prise de médicaments le jour de l'opération

- ✓ Pendant votre rendez-vous de préadmission, l'équipe de soins vous expliquera comment prendre vos médicaments le jour de la chirurgie.
- ✓ Vous trouverez des directives sur la prise de vos médicaments dans le sommaire que vous recevrez après ce rendez-vous. Le sommaire est aussi accessible dans MyChart.
- ✓ Il est important de prendre vos médicaments le matin de l'opération de la façon indiquée par l'équipe de préadmission, avec de petites gorgées d'eau.

Nous pourrons devoir annuler votre opération si vous ne suivez pas les directives qui vous sont données lors de votre rendez-vous de préadmission.

Préparation du corps à l'opération

- ✓ Prenez une douche ou un bain et lavez-vous les cheveux le soir avant ou le matin de l'opération en utilisant un savon non parfumé.
- ✓ Enlevez tout maquillage, vernis à ongles et bijou, y compris les bijoux de perçage.
- ✓ Tout bijou, y compris de perçage, qui ne peut être enlevé pourra être coupé à l'hôpital avant l'opération.
- ✗ **N'utilisez aucun produit parfumé** comme du parfum, de l'eau de Cologne ou de la lotion parfumée.
- ✗ **Ne rasez pas** la partie du corps à opérer, sauf si l'équipe de soins vous l'a demandé.

À apporter à l'hôpital

- ❑ Carte d'assurance-santé de l'Ontario et renseignements au sujet de votre assurance.
- ❑ Inhalateur, insuline (si vous êtes diabétique), vaporisateur de nitroglycérine (nitro) et gouttes pour les yeux si vous en avez besoin. **Laissez tout autre médicament chez vous, à moins de directive contraire de votre chirurgien ou anesthésiologiste.**
- ❑ Votre appareil CPAP ou autre respirateur si vous faites de l'apnée du sommeil.
- ❑ Vêtements amples et confortables (p. ex. robe de chambre et pyjama).
- ❑ Chaussures ou pantoufles à semelles antidérapantes.
- ❑ Tasse réutilisable.
- ❑ **Portez** vos dentiers, lunettes ou prothèses auditives, selon le cas. Apportez leur étui parce que vous devrez les enlever avant l'opération. Une infirmière apposera une étiquette à votre nom sur ces étuis.
- ❑ Tout appareil ou accessoire fonctionnel (p. ex. canne, attelle ou béquilles) que le chirurgien vous a demandé d'avoir à votre disposition après l'opération.
- ❑ Articles pour passer le temps (p. ex. livre, mots croisés, téléphone cellulaire et chargeur).
- ❑ 2 paquets de gomme à mâcher (pour vous aider à vous rétablir après la chirurgie).

Votre chirurgie pourrait-elle être annulée?

Il est possible que nous devions annuler votre opération s'il y a des urgences ou d'autres inattendus. Le personnel vous avisera s'il doit reporter ou annuler votre chirurgie. Nous comprenons que le report ou l'annulation d'une opération planifiée peut être très stressant et nous vous remercions à l'avance de votre compréhension si cela se produit.

Heure d'arrivée à l'hôpital

Vous devez vous présenter à l'Unité de chirurgie d'un jour à l'heure prévue, sinon nous pourrions devoir annuler votre opération. Nous devons suivre un horaire très strict au bloc opératoire pour veiller à ce que chaque personne reçoive les soins dont elle a besoin.

Unité de chirurgie d'un jour

- Après votre inscription à l'Unité, vous enlèverez vos vêtements pour mettre une chemise d'hôpital. Le personnel apposera des étiquettes à votre nom sur vos effets personnels et les conservera à l'Unité de chirurgie d'un jour pendant votre opération.

- Il faut un certain temps pour vous préparer à l'opération. Vous pourrez attendre entre 2 et 3 heures avant le début de l'opération.

Bloc opératoire

- Lorsque l'équipe responsable de l'opération sera prête à vous accueillir, un membre du personnel vous amènera au bloc opératoire.

- Les visiteurs et les membres de la famille **ne sont pas autorisés** à entrer dans le bloc opératoire.

- Vous pourrez devoir attendre dans le corridor quelques minutes avant d'entrer dans une salle d'opération.

- Vous aurez l'occasion de parler à une infirmière ou à un anesthésiologiste avant l'opération.

- Après votre arrivée dans la salle d'opération, le personnel utilisera une liste de vérification pour confirmer votre nom, votre opération et tout autre renseignement important.

Unité de soins postanesthésiques

- Après l'opération, le personnel vous amènera à l'Unité de soins postanesthésiques (aussi appelée la salle de réveil) sur une civière.

- L'infirmière vous surveillera étroitement et vérifiera vos signes vitaux (p. ex. tension artérielle (pression), fréquence cardiaque et fréquence respiratoire). Elle s'occupera également de la gestion de la douleur, alors dites-lui si vous avez de la douleur.

- Il est très important de commencer à bouger tôt après une opération. Pendant que vous êtes au lit, vous devriez faire des exercices des pieds et des chevilles. Ils favorisent la circulation du sang dans les jambes et diminuent le risque d'avoir un caillot de sang.

- Le personnel vous apportera vos effets personnels avant votre transfert dans une unité de soins.

Transfert dans une unité de soins chirurgicaux

- Le personnel vous amènera ensuite sur une civière à votre lit dans une unité de soins chirurgicaux.

- C'est à partir de ce moment que vous pourrez recevoir des visiteurs. Demandez à votre équipe de soins quelle est sa politique en ce qui concerne les visiteurs.

Sortie de l'hôpital

- Lorsque votre état vous permettra de quitter l'hôpital, assurez-vous de suivre les directives qui vous seront remises par votre équipe de soins.

- Avant de quitter l'hôpital, demandez à l'équipe de soins si elle doit vous remettre des ordonnances de médicaments ou d'autres documents importants.

- Si vous avez des questions après votre sortie de l'hôpital, appelez au bureau de votre chirurgien. S'il s'agit d'une urgence, allez au service des urgences le plus proche ou composez le 911.

À qui pouvez-vous vous adresser si vous avez des questions ou besoin d'aide?
Appelez au bureau de votre chirurgien.

Pour plus d'informations veuillez scanner ce code QR ou visiter le site	
https://www.ottawahospital.on.ca/fr/services-cliniques/ma-chirurgie/mon-rendez-vous-de-preadmission/	

Notes

Notes

Avez-vous des commentaires sur ce guide d'accompagnement?

Est-il convivial et respectueux de vos origines, de votre culture et de votre identité? Votre opinion est importante pour nous. Veuillez répondre à un court sondage ou écrire à l'équipe de l'Enseignement aux patients à patienteducation@toh.ca

Vous avez besoin des renseignements présentés dans le guide dans un autre format?

Demandez à un membre de votre équipe de soins de vous fournir ces renseignements dans un format qui vous convient. This resource is available in English and in French. Cette ressource est disponible en anglais et en français.

Informations sur le livre

No du document : P454 FR

Auteure : Alison Harper, Tanya Lachapelle et Heidi Easey-Dannehl, infirmières enseignantes

Service : Soins périopératoires

Date de révision : 01/2025

© L'Hôpital d'Ottawa 2025

Source : Version adaptée de « Surgery Checklist » de la bibliothèque pour les patients du Centre des sciences de la santé de Hamilton disponible à www.hamiltonhealthsciences.ca/patient-education-library

L'Hôpital d'Ottawa