

FEUILLET D'ENSEIGNEMENT À L'USAGER

ARTHROSCOPIE DE L'ÉPAULE

CE DOCUMENT N'EST PAS ARCHIVÉ AU DOSSIER MÉDICAL

G-3093

ARTHROSCOPIE DE L'ÉPAULE

QU'EST-CE QUE C'EST?

À l'aide d'une caméra à fibre optique, l'arthroscopie permet au chirurgien d'examiner l'intérieur de l'articulation et de son environnement. De très petites incisions autour de l'épaule permettent au chirurgien d'insérer les différents instruments miniatures nécessaires pour effectuer la réparation de la zone atteinte. Le plus souvent, cette procédure est pratiquée sous anesthésie générale combinée avec une anesthésie locale de la région de l'épaule, afin de contrôler la douleur en postopératoire.

QUE VAIS-JE RESENTIR?

L'anesthésie locale de l'épaule devrait être efficace durant plusieurs heures. Prenez les antidouleurs prescrits par votre médecin **aussitôt** que vous commencez à retrouver une sensibilité.

La douleur devrait diminuer 48 heures après la chirurgie.

QUE DOIS-JE FAIRE?

- Garder une position semi-assise pour la nuit dans le but de favoriser un meilleur confort.
- Débuter l'hydratation et une alimentation légère dès votre retour à la maison.
- Enlever la solution antibactérienne (nettoyant rose) le soir même de votre retour à la maison.
- Attention de ne pas mouiller votre pansement.
- **Vous pouvez enlever votre pansement 3 jours après la chirurgie** en conservant les diachylons de rapprochement (stéri-strips).
- Il est normal d'observer de l'enflure et des ecchymoses sur le bras du côté opéré (cette enflure disparaîtra dans environ 2 semaines). Bouger le poignet et les doigts de la main fréquemment.
- Vous pouvez appliquer de la glace sur le pansement pendant 20 minutes à chaque heure.
- Après avoir enlevé le pansement, vous pouvez prendre une douche; attention par contre, si vous prenez un bain, ne pas tremper l'épaule dans l'eau du bain pour une période de 2 semaines.
- Pour faire les exercices prescrits par votre médecin, vous devez retirer l'attelle. **Ces exercices sont à débiter le soir même de votre chirurgie ou au plus tard le lendemain matin** pour retrouver progressivement l'amplitude de vos mouvements. Consulter le programme d'exercices qui vous a été remis (copie couleur protocole de Liotard).
- Vous pouvez utiliser le bras opéré pour manger, vous brosser les dents et d'autres activités douces similaires.
- **Il est interdit de soulever des objets lourds et de prendre appui sur le bras opéré.**

QUAND DOIS-JE CONSULTER?

- Lors d'un saignement actif à travers le pansement, présentez-vous à l'urgence.
- Aviser le chirurgien si vous avez de la fièvre plus élevée que 38,5°C ou en présence d'un écoulement au niveau des plaies après le troisième jour postopératoire.

QUI PUIS-JE CONTACTER

- L'infirmière d'Info-Santé 24 heures sur 24 : Info-Santé **811**
- Le CLSC de votre région

CLSC de Saint-Jérôme

430, rue Labelle

- Services aux jeunes, à la famille et à la communauté 450 432-2777 poste 25000

1000, rue Labelle

- Services aux personnes en perte d'autonomie 450 432-2777 poste 26221
- Services en santé mentale et psychosociaux 450 432-2777 poste 26595

Autres CLSC des régions des Laurentides et Lanaudière

- CLSC Antoine-Labelle 819 623-1228
- CLSC Argenteuil 450 562-8581
- CLSC des Pays-d'en-Haut 450 229-6601
- CLSC des Sommets 819 326-3111
- CLSC Jean-Olivier-Chénier, Lac-des-Deux-Montagnes 1 800 491-1233
- CLSC Lamater, Sud de Lanaudière 450 471-2881
- CLSC Saint-Esprit, Nord de Lanaudière 450 839-3676
- CLSC Thérèse-De Blainville 450 430-4553

G-3093 Arthroscopie de l'épaule - création janvier 2015
Source : la Direction des soins infirmiers et des programmes de qualité

Centre de santé et de services sociaux de Saint-Jérôme
290, rue De Montigny, Saint-Jérôme, QC, J7Z 5T3
450 432-2777 – www.cdsj.org