

Pendant l'intervention, le chirurgien fera une minuscule incision (coupure) et utilisera une petite caméra – appelée arthroscope – pour voir, sur un écran de télévision, l'intérieur de l'articulation du genou. Il pourra ainsi détecter et examiner tout problème lié au genou et, si possible, le corriger.

Le présent guide renferme des renseignements qui vous aideront à vous préparer en vue de votre opération et de votre rétablissement. Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous les poser!

Avant l'opération

- Le personnel du bureau de votre chirurgien orthopédiste vous informera de la date de votre opération.
- Avant l'opération, une infirmière de l'hôpital vous téléphonera pour fixer la date de votre rendez-vous de préadmission. Selon votre état, celui-ci pourrait avoir lieu dans la Clinique de préadmission ou se faire par téléphone.
- Durant le rendez-vous :
 - on vous expliquera comment vous préparer afin d'assurer une opération et un rétablissement sécuritaires;
 - vous devrez fournir votre carte Santé et la liste des médicaments que vous prenez;
 - on vous posera des questions sur vos antécédents médicaux;
 - vous aurez l'occasion de poser des questions.
- Le jour du rendez-vous de préadmission, prenez vos médicaments et vos repas comme d'habitude.
- **Prenez les dispositions nécessaires pour que quelqu'un vous accompagne le jour de l'opération et vous ramène chez vous. Vous ne pourrez pas conduire après l'opération.**

Le jour de l'opération

- Apportez votre carte Santé, la liste des médicaments que vous prenez et toute aide à la marche, comme des béquilles, qu'on vous a recommandé d'utiliser après l'opération.
- Inscrivez-vous au Service des admissions situé à l'entrée principale de l'hôpital.
- Après l'inscription, vous et la personne qui vous accompagne irez à la Chirurgie de jour; vous enfilerez une chemise d'hôpital et votre équipe de soins de santé vous préparera pour l'opération.
- Vous passerez environ quatre heures à l'hôpital.

Le rétablissement à la maison

- C'est normal d'éprouver un peu de douleur et une légère sensation de grincement dans le genou pendant quelques jours.
- Les quelques premiers jours, élevez la jambe quand vous vous reposez ou que vous dormez.
- Vous pourriez avoir besoin de béquilles ou d'une autre aide à la marche.
- Ne conduisez pas, ne faites pas d'exercices vigoureux, comme courir ou pratiquer des sports, et ne trempez pas le genou dans la baignoire avant d'avoir consulté votre médecin.
- Reposez-vous et dormez suffisamment pour favoriser la guérison.
- Faites tous les exercices recommandés par votre équipe de soins.
- Prenez les médicaments contre la douleur selon les directives du médecin.
- Pour favoriser la guérison, ayez un régime alimentaire équilibré, qui comprend des aliments riches en protéines et en vitamines.
- Buvez de six à huit verres d'eau par jour.

Prendre soin de votre genou

- Si le bandage de contention est trop serré ou trop lâche, enlevez-le et remettez-le.
- Appliquez une compresse froide sur le genou pour réduire l'enflure et la douleur.
- Gardez l'incision propre et sèche.
- Les bandes Steri-Strip (ruban blanc) utilisées pour fermer l'incision tomberont naturellement. Évitez d'y toucher.
- Ne frottez pas et ne grattez pas l'incision. Laissez-la guérir naturellement.

- Après l'opération, portez attention à vos symptômes; si vous avez des préoccupations, parlez-en à votre médecin. **Si vous présentez l'un ou l'autre des symptômes ci-dessous, obtenez immédiatement des soins médicaux.**
 - Frissons ou fièvre de 38 °C (101 °F) ou plus
 - Rougeur, enflure ou sensation de chaleur autour de l'incision
 - Douleur intense ou qui augmente autour de l'incision
 - Saignement rouge vif provenant de l'incision
 - Écoulement de couleur inhabituelle ou qui dégage une mauvaise odeur
 - Difficulté à aller aux toilettes ou mal de ventre
 - Essoufflement ou douleur thoracique
 - Douleur intense soudaine dans le genou

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous les poser!