

Votre chemin vers la guérison

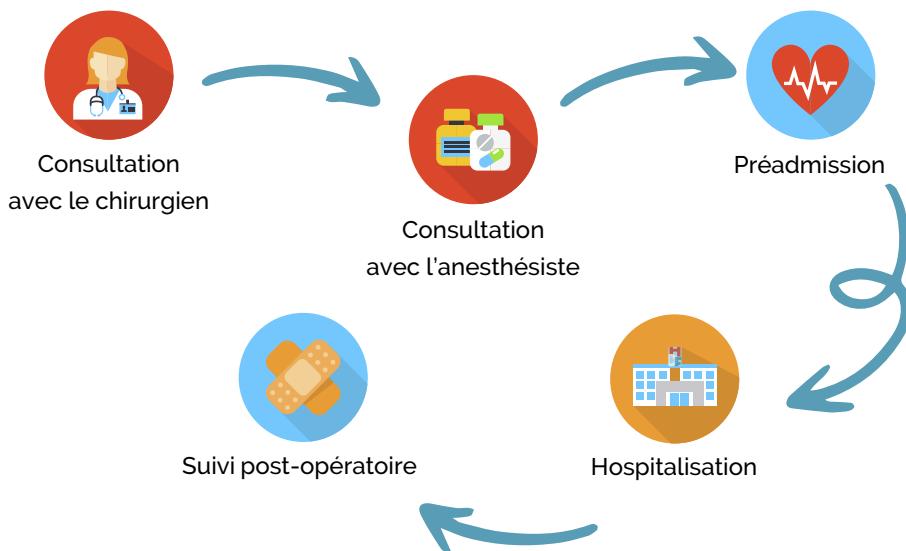
Guide pour bien vivre votre opération du côlon ou du rectum.

Ce livret est là pour vous accompagner avant, pendant et après votre chirurgie. Il a été conçu pour vous aider à :

- Comprendre chaque étape de votre prise en charge,
 - Bien vous préparer à votre hospitalisation,
 - Participer activement à votre rétablissement.

Nous vous conseillons de le lire attentivement, de le partager avec vos proches et d'en parler avec votre médecin avant l'opération. N'oubliez pas de l'apporter le jour de votre admission à l'hôpital.

Votre parcours à l'Hôtel-Dieu de France



1

Introduction



Qu'est-ce qu'une chirurgie colorectale ?
Qu'est-ce que le programme ERAS ?
Combien de temps durera votre hospitalisation ?
Informations sur votre chirurgie

2

Avant votre chirurgie



Comment bien vous préparer ?
Consultation préopératoire avec l'anesthésiste
Douche antiseptique

3

La veille de l'intervention



Que manger ?
Préparation intestinale
Antibiotiques oraux

4

Le jour de la chirurgie



Boisson glucidique préopératoire
Médicaments
Admission à l'hôpital
Salle d'opération

5

Après la chirurgie



Salle de réveil
Contrôle de la douleur
Activité physique après l'opération
Alimentation après l'opération
Sonde urinaire
Retour à domicile
Suivi après l'intervention
Conseils alimentaires

A surgeon's gloved hand reaches over a tray of surgical instruments. The hand is wearing a white nitrile glove and is positioned above a tray covered with a teal surgical drape. Several stainless steel surgical instruments, including forceps and a scalpel, are visible on the tray. The background is a blurred blue surgical gown.

Introduction



1

introduction

Qu'est-ce qu'une chirurgie colorectale ?

Le côlon, ou gros intestin, est une partie du système digestif. Il mesure environ 1,5 mètre et a pour rôle principal d'absorber l'eau des selles pour les rendre plus solides.

Il se divise en plusieurs parties :



Lors d'une colectomie, on retire la portion malade du côlon, puis on relie les parties saines entre elles. Ce raccordement s'appelle une anastomose. Dans la majorité des cas, cette opération se fait par coelioscopie, une méthode mini-invasive.

Avantages de la coelioscopie :

- Petites cicatrices
- Moins de douleur
- Rétablissement plus rapide

Qu'est-ce que le programme ERAS ?

Le programme ERAS (Enhanced Recovery After Surgery – Rétablissement Amélioré Après Chirurgie) est une méthode moderne qui vise à accélérer votre récupération après l'opération tout en diminuant les complications.

Ce programme permet :

- De vous sentir mieux plus rapidement,
- De réduire la durée de votre séjour à l'hôpital,
- De diminuer les risques de réadmission.

Votre participation est essentielle ! Le succès du programme ERAS repose sur une bonne préparation et une implication active de votre part avant et après la chirurgie.

Combien de temps resterez-vous à l'hôpital ?

En moyenne :

2 à 3 jours d'hospitalisation
Pour une chirurgie du côlon

4 à 5 jours
Pour une chirurgie du rectum

La sortie est généralement possible entre le 3^{ème} et le 4^{ème} jour, à condition qu'il n'y ait pas de drain ni de sonde urinaire. L'équipe médicale suivra de près votre évolution et vous tiendra informé(e) au jour le jour.

A surgeon's gloved hands are shown in the foreground, holding a surgical instrument. The background is a bright, out-of-focus light source, creating a soft glow.

Avant votre chirurgie



2

Avant votre chirurgie

Comment bien vous préparer ?



Bougez !

Faire un peu d'exercice chaque jour, comme marcher 15 à 30 minutes, aidera votre corps à mieux gérer l'intervention et à récupérer plus vite.



Mangez équilibré

Adoptez une alimentation saine les semaines avant l'opération. Dans les jours précédent l'intervention, consommez des aliments riches en glucides (riz, pâtes, pain, pommes de terre) pour faire le plein d'énergie.



Soutien nutritionnel

Dans certains cas, votre médecin peut vous recommander un complément nutritionnel (comme Oral Impact) pour renforcer vos défenses.



Arrêtez de fumer

Idéalement 3 à 4 semaines avant l'opération. Cela réduit les complications respiratoires et améliore la cicatrisation. Demandez de l'aide à un professionnel si besoin.



Réduisez ou arrêtez l'alcool

Évitez l'alcool au moins 24 heures avant l'intervention, et si possible, dans les semaines qui précédent la chirurgie.

- Moins de douleur
- Rétablissement plus rapide

Consultation avec l'anesthésiste

Cette consultation a lieu environ deux jours avant votre opération. Elle est obligatoire pour évaluer votre état de santé et préparer au mieux l'anesthésie.

Lors de cette rencontre, l'anesthésiste :

- Vérifie vos antécédents médicaux et vos traitements,
- Vous explique le type d'anesthésie prévu,
- Discute des précautions à prendre avec vos médicaments,
- Répond à toutes vos questions.

Si une stomie (iléostomie ou colostomie) est prévue, vous verrez également une infirmière spécialisée, qui vous expliquera comment en prendre soin.

La douche antiseptique

Pour limiter le risque d'infection après l'opération, vous devrez prendre une douche spéciale avec une solution antiseptique (Bétadine) pendant 3 jours :

- Deux jours avant l'intervention
- La veille de l'intervention
- Le matin même de l'intervention

Ne rasez pas la zone de l'opération (ventre, aine) et n'appliquez aucun produit (poudre, crème, maquillage, vernis à ongles) le jour de l'intervention.

Si vous êtes allergique à l'iode, une alternative à base de chlorhexidine vous sera proposée.

Comment prendre la douche antiseptique ?

- 1  Lavez vos cheveux avec votre shampoing habituel
- 2  Mouillez tout votre corps
- 3  Appliquez la Bétadine à la place du savon et laissez agir une minute
- 4  Nettoyez bien le nombril et la zone opérée
- 5  Rincez abondamment et séchez-vous avec une serviette propre
- 6  Ne mettez pas de maquillage, bijoux ou lentilles. Brossez-vous les dents comme d'habitude

A photograph of three surgeons in a modern operating room. They are wearing blue surgical gowns, white hairnets, and white surgical masks. They are focused on a procedure. The room is equipped with large, articulated surgical lights hanging from the ceiling. In the background, there is a monitor displaying a grayscale image, possibly a scan or a live feed, and a circular clock on the wall. The overall atmosphere is professional and sterile.

La veille de l'intervention



La veille de l'intervention

Que manger ?

Prenez un petit-déjeuner léger le matin, puis ne mangez plus de nourriture solide après cela.

Pendant le reste de la journée, vous pouvez boire uniquement :



De l'eau



Du thé ou café sans lait



Des jus sans pulpe



Des boissons pour sportifs

Si votre opération est le matin : ne buvez plus rien après minuit.

Si elle est l'après-midi : vous pouvez boire jusqu'à 6 heures avant l'opération, sauf une gorgée d'eau pour vos médicaments.



Ne pas suivre ces consignes peut entraîner un report de votre chirurgie.

Préparation intestinale et antibiotiques



Préparation intestinale :

- Chirurgie du côlon : aucune préparation nécessaire.
- Chirurgie du rectum : laxatif à prendre 48h avant (prescrit par le chirurgien).



Antibiotiques :

Vous devrez prendre du Métronidazole (500 mg) trois fois dans la journée précédant la chirurgie pour limiter les infections.



Le jour de la chirurgie





4

Le jour de la chirurgie

Boisson glucidique préopératoire

Une boisson spéciale riche en glucides vous sera donnée pour garder votre énergie avant l'opération.

- Buvez 2 bouteilles, en commençant 4h avant l'opération.
- Terminez-les au moins 2h avant l'intervention.



Si vous êtes diabétique : ne prenez pas cette boisson sans autorisation médicale.

Prenez uniquement les médicaments autorisés par votre anesthésiste.



Admission à l'hôpital

Apportez avec vous :

- Pièce d'identité
- Résultats d'analyses
- Carte de groupe sanguin
- Vos médicaments personnels
- Carte d'assurance

Rendez-vous au bureau des admissions, puis directement dans votre chambre.



Après la chirurgie



5

Après la chirurgie

En salle préopératoire, l'équipe vérifiera vos signes vitaux, posera une perfusion et vous donnera des médicaments pour éviter la douleur et les nausées.

En salle d'opération :

- Une anesthésie générale sera réalisée.
- Une sonde urinaire pourra être posée, retirée avant le réveil ou dans les jours suivants selon les cas.

Régime pauvre en fibres

Aliments à éviter : légumes, légumineuses, fruits, céréales complètes, jus non filtrés, bonbons allégés.

Aliments autorisés : viandes, produits laitiers, pommes de terre, riz blanc, pain blanc, fritures, boissons claires, sauces filtrées.

Salle de réveil

Vous y resterez environ 2 heures sous surveillance.

L'équipe contrôlera votre tension, respiration, température, douleur et plaie opératoire.

Contrôle de la douleur

Il est normal de ressentir de la douleur après une opération. Mais nous faisons tout pour qu'elle reste supportable. N'hésitez jamais à en parler à l'équipe médicale.

Reprise d'activité physique

Dès le réveil, commencez à bouger les pieds et les jambes. Dans les 3-6 heures : asseyez-vous au bord du lit ou sur une chaise. Le lendemain : marchez plusieurs fois dans le couloir. Un anticoagulant vous sera injecté (Lovenox) pour prévenir les caillots. On vous remettra aussi un spiromètre pour les exercices respiratoires à faire régulièrement.

Reprise de l'alimentation

Vous pourrez boire puis manger progressivement dès le lendemain, selon les consignes médicales.

Astuce : mâcher du chewing-gum 30 minutes, trois fois par jour, stimule le transit.

Sonde urinaire

La sonde est retirée le jour même ou gardée jusqu'à 72 heures selon le type d'opération. Il est normal de ne pas uriner tout de suite après le retrait.

Retour à domicile

Vous pourrez rentrer chez vous quand vous pourrez :

- Contrôler la douleur avec des comprimés
- Manger des aliments mous
- Avoir des gaz ou des selles

Avant de sortir, vous recevrez :

- Ordonnance
- Conseils alimentaires (régime pauvre en fibres)
- Rendez-vous de suivi (dans 7 à 10 jours)
- Consignes pour surveiller votre cicatrice

Un service de transport est disponible au besoin. Appelez le 01 604 000, poste 7799 (du lundi au vendredi, 7h00 à 19h00).

Suivi après l'intervention : Quand consulter un médecin

Contactez immédiatement votre médecin ou rendez-vous aux urgences en cas de :



Douleurs abdominales fortes



Saignement persistant



Fièvre > 38°C



Palpitations



Essoufflement



Plaie rouge ou suintante



Vomissements

VOTRE AVIS

Toute remarque, idée ou proposition, déposée dans une boîte de suggestion ou envoyée par mail à l'adresse inscrite en bas de page, sera directement transmise à la Direction qualité, afin d'assurer un suivi institutionnel avec la plus grande rigueur et de prendre en compte l'amélioration continue de la prise en charge des patients.

N'hésitez pas à laisser vos coordonnées téléphoniques ou votre adresse de mail électronique, si vous souhaitez être informé du suivi.

Nous demeurons à votre service et espérons rester dignes de votre confiance.

Courriel : quality@hdf.usj.edu.lb

Scannez pour le questionnaire de satisfaction



Contacts utiles



Hôpital Hôtel-Dieu de France : +961 1 604 000

Physiothérapie : poste 8381

Urgences : poste 8500

Infirmière stomathérapeute : poste 2750

***Nous vous souhaitons un prompt rétablissement et une bonne santé.
Ensemble, faisons de cette opération un succès.***

**L'HDF a mis en marche
un nouveau service hospitalier !**

Découvrez notre service de transport ambulancier
non urgent qui assure le déplacement privé des patients

**Pour plus d'informations
contactez-nous entre 7h00 et 19h00
du lundi au vendredi**

**01 - 604 000
poste 7799**



HDF À DOMICILE

Votre bien-être, notre priorité



pour une assistance complète aux patients
dans le confort de leur maison :

- ① Unité d'accompagnement à domicile
- ② Unité de soins médico-techniques
- ③ Unité d'assistance respiratoire

📞 01-604 000, poste 7979 de 8h00 à 16h00

✉️ hdfadomicile@hdf.usj.edu.lb

📱 ou par WhatsApp 79 161 988



SIMPLIFIEZ VOS RESERVATIONS AVEC WHATSAPP

uniquement par message

du lundi au vendredi de 8h00 à 16h00

76 429 479

pour les admissions

81 147 400

pour les réservations des explorations externes

