



Récupération Rapide

A la Clinique



Clinique Saint Louis

« Une médecine moderne pour une meilleure qualité de vie de nos patients »

Groupe VEDICI



Notre équipe RRAC vous permettra de bénéficier d'une prise en charge spécifique grâce à une gestion optimale de la douleur en lien avec un programme de récupération rapide associant une rééducation biquotidienne et un travail personnel.

Au cours de l'hospitalisation votre infirmière RRAC mobilisera, pour vous, toutes les ressources nécessaires pour que tout soit prêt pour un retour facile à votre domicile.

* L'accueil à la clinique

Vous rentrerez à la clinique la veille ou le matin de votre intervention. Pensez à vos affaires personnelles, un nécessaire de toilette et serviette, des chaussures fermées et une tenue confortable pour le lendemain. Si vous êtes sous traitement apportez vos ordonnances et votre traitement personnel. Les objets de valeur restent à la maison.



* L'accueil dans le service



- Une infirmière vous installe dans votre chambre. Vous aurez, avec elle, un premier entretien : votre traitement, vos antécédents, votre alimentation.
- Vous lui parlerez de vos éventuelles inquiétudes.
- Vous lui remettrez les résultats des examens demandés, vos clichés radiologiques de genou, les résultats de l'ECBU.
- Vous prendrez deux douches pré-opératoires. La première : la veille de l'intervention, la seconde : le jour de l'intervention.

* L'intervention

L'opération dure environ 75 minutes, le plus souvent sous rachianesthésie avec un complément anesthésique pour ceux qui " ne veulent pas entendre " .

A la fin de l'intervention, le chirurgien mettra en place un cathéter intra-articulaire pour lutter contre la douleur. Vous garderez ce cathéter 48 heures.

Un bandage recouvrira votre genou, il n'y aura pas de drain dans votre genou.

Une attelle réfrigérante sera installée sur votre genou (attelle Igloo).

Vous serez conduit en salle de réveil pour une durée de 1 à 2 heures.



« Vous devrez vous sentir confortable. A la moindre gêne vous informerez votre infirmière »

« *La lutte contre la douleur est notre objectif principal* »



* De retour dans votre chambre :

L'équipe soignante poursuivra votre traitement antalgique.
L'après-midi vous recevrez la visite de votre kinésithérapeute qui vous montrera les mouvements que vous avez à effectuer dans votre lit.
Si c'est possible vous effectuerez un premier lever sur quelques pas.

* Le lendemain de l'intervention vous pourrez vous sentir fatigué, c'est normal

- Vos soins seront prodigués par les infirmières :
 - Le bilan biologique et le suivi des constantes,
 - Le suivi de la douleur et le traitement anticoagulant sous-cutané,
 - La mise des bas de contention. Le glaçage du genou plusieurs fois par jour.
- Le kinésithérapeute vous aidera à réaliser un premier lever aidé puis seul et vous exercera à la marche avec deux cannes. La mobilisation du genou sera réalisée manuellement puis aidée d'un Kinetec (appareil moteur).
L'après-midi votre rééducateur vous fera faire de nouveaux exercices.
- Après le repas du soir, vous vous recoucherez pour profiter d'un repos bien mérité !



* Le deuxième jour vous irez mieux et vous serez autonome dans votre chambre

Votre kinésithérapeute poursuivra le programme individuel : vous vous servirez de 2 cannes et vous commencerez à réaliser vos transferts : passage coucher-debout. Vous recevrez, dans la journée, la visite de votre l'infirmière RRAC qui commencera à anticiper votre départ afin que celui-ci se déroule dans de bonnes conditions.

* Le troisième jour vous serez autonome dans les couloirs.

Vous progresser : passage à une canne et montée - descente des escaliers. Votre infirmière RRAC s'assurera que vous avez pris contact avec votre kinésithérapeute et une infirmière afin que tout soit prêt à votre arrivée à votre domicile. Votre médecin traitant sera informé de la date de votre sortie



* Le quatrième jour. Votre bilan est bon. Avec votre accord : c'est le jour du départ !

Votre rééducateur effectue votre bilan de sortie. Vous maîtrisez la marche avec une canne ainsi que la montée et la descente des escaliers et vos transferts sont faciles. La secrétaire médicale vous remettra vos différentes ordonnances de soins. Elle coordonnera votre sortie et commandera votre transport. L'infirmière RRAC vous communiquera son numéro de téléphone direct. Vous pourrez la joindre si nécessaire et elle servira de relais avec votre chirurgien.



* Votre sortie sera faite : A l'accueil pour un retour à domicile. En chambre pour un transfert

* A votre sortie à domicile vous aurez les documents suivants :

- Vos examens et ordonnances pour votre traitement antalgique et anticoagulant.
- Les ordonnances pour une infirmière de ville et pour le kinésithérapeute.
- Le rendez-vous de consultation avec le chirurgien (avec votre radiographie de contrôle).

