



# Récupération Rapide

## A la Clinique



Clinique Saint Louis

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



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 biologiques demandés, vos clichés radiologiques taille réelle de hanche, 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 60 minutes, le plus souvent sous rachianesthésie avec un complément anesthésique pour ceux qui " ne veulent pas entendre " .

Lors de l'intervention le chirurgien injectera des produits anti douleur au niveau des zones sensibles de l'opération. En fin d'intervention un cathéter intra-articulaire, pour lutter contre la douleur, peut être mis en place pour 48 heures.

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

Dès ce moment une prise en charge optimale de la douleur sera effectuée.



« Vous devriez 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.  
En fin d'après-midi vous recevrez la visite de votre kinésithérapeute qui vous montrera les mouvements que vous avez à effectuer dans votre lit.  
Vous effectuerez votre premier lever sur quelques pas, avec lui.

\* 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, □ La mise des bas de contention,
- Le suivi de la douleur et le traitement anticoagulant sous-cutané,
- Le kinésithérapeute vous aidera à vous lever puis vous le ferez seul.



Il vous exercera à la marche avec deux cannes et vous testerez la marche avec une seule canne. Vous apprendrez à vous recoucher seul. Après la sieste vous recevrez à nouveau la visite de votre rééducateur pour de nouveaux exercices.

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

- Votre kinésithérapeute poursuivra le programme individuel. Le matin vous vous servirez de deux cannes, seul, dans le couloir et vous réaliserez vos transferts vous-même : passage coucher-debout. Vous marcherez, sous sa surveillance, avec une seule canne portée dans la main opposée.

Dans l'après-midi, vous effectuerez, avec votre rééducateur, la montée et la descente des escaliers. Celui-ci réalisera votre bilan de sortie : si vos transferts sont faciles, si vous maîtrisez la marche avec une canne ainsi que les escaliers sur un étage : pourquoi ne pas décider ensemble de la sortie ?



- Vous recevrez également, dans la journée, la visite de votre infirmière RRAC qui anticipera votre départ pour que celui-ci se déroule dans de bonnes conditions. Celle-ci s'assurera que vous avez pris contact avec une infirmière et avec votre kinésithérapeute afin que tout soit prêt à votre arrivée à votre domicile.

- Votre médecin traitant sera informé de la date de votre sortie.

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

- Dernière séance de rééducation avant de sortir. 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.



\* 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).

\* Votre sortie sera faite à l'accueil pour un retour à domicile ou en chambre pour un transfert

