

# INTERVENTION CHIRURGICALE **MÉNISCECTOMIE**

Cette opération consiste à enlever la ou les parties déchirée(s) du ménisque.



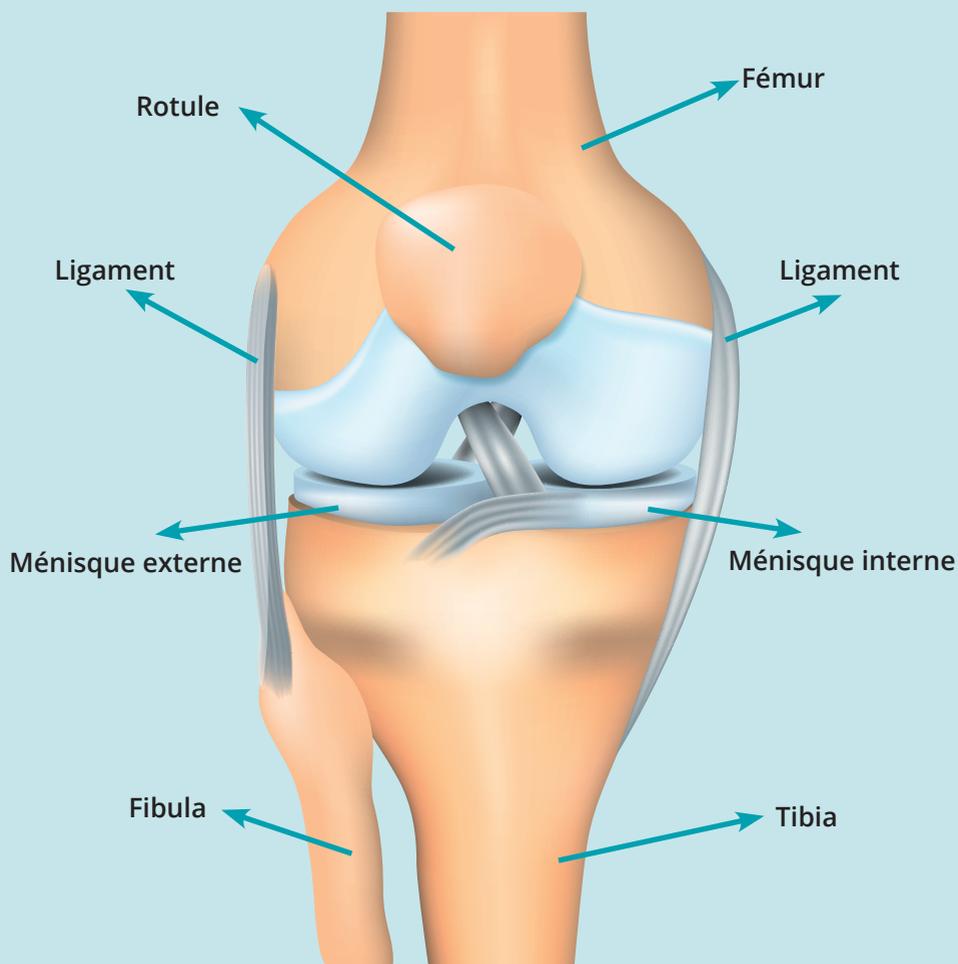
Suivez-nous sur



[www.chmouscron.be](http://www.chmouscron.be)

*chm*  
mouscron

Centre  
Hospitalier  
de  
Mouscron  
estbl



### LE SAVIEZ-VOUS ?

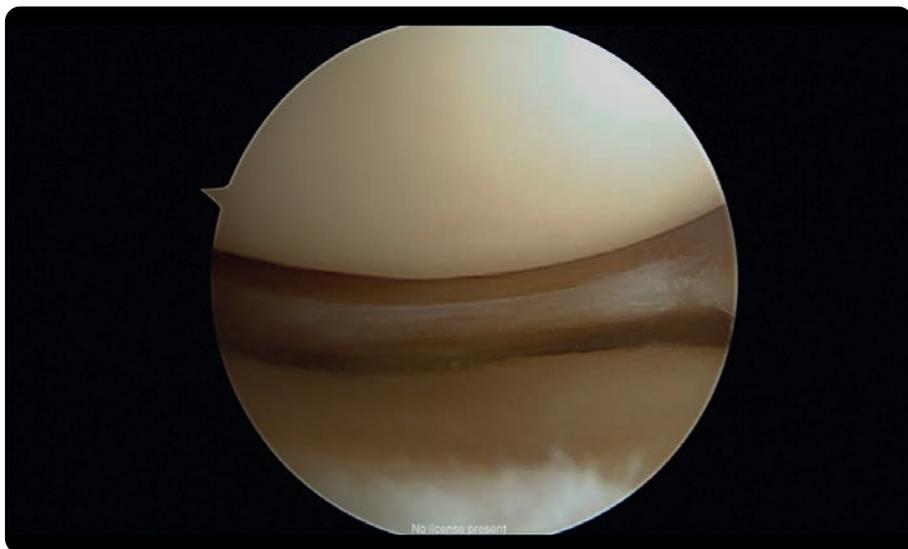
Le ménisque est un fibrocartilage situé dans l'articulation du genou. Faisant office de cale entre le fémur et le tibia, il stabilise le genou et joue aussi le rôle d'amortisseur. Chaque genou est pourvu de deux ménisques : interne et externe.

## Pourquoi UNE OPÉRATION DU MÉNISQUE ?

Si vous avez très mal au genou, qu'il est gonflé, qu'il craque voire qu'il se bloque, vous souffrez de ce qu'on appelle une lésion méniscale : une partie plus ou moins importante de votre ménisque interne ou externe est déchirée. En retirant ces zones abîmées, votre chirurgien vous permet de retrouver une mobilité normale et sans douleur.

## En quoi consiste L'OPÉRATION ?

Il s'agit ici de « régulariser » le ménisque : sous le contrôle d'une fine caméra, le·a chirurgien·ne enlève la partie déchirée à l'aide d'instruments très fins qu'il·elle introduit dans votre genou par de petites incisions pratiquées de part et d'autre du tendon de la rotule. L'intervention est réalisée sous anesthésie générale ou locale (« locorégionale »).



# QUE DOIS-JE FAIRE...

## ●●● avant mon hospitalisation ?

Avant votre opération, vous devez prendre rendez-vous en cellule préopératoire, idéalement 15 jours avant votre hospitalisation. Si vous n'avez pas reçu votre rendez-vous lors de votre consultation, vous pouvez contacter le service des rendez-vous au +32 (0)56 85 82 00.

Une préadmission est vivement conseillée, vous pouvez vous rendre sur place au service des admissions (route 003) du lundi au vendredi entre 7h et 19h. Le·a secrétaire réservera votre chambre et vérifiera toutes vos données administratives.

### AVANT L'OPÉRATION



Si vous fumez, arrêtez le tabac minimum 15 jours avant l'intervention.



En cas d'événement qui pourrait être infectieux (rhume, infection urinaire, plaie sur la jambe qui doit être opérée...), contactez votre chirurgien·ne. Il·elle décidera peut-être de reporter l'intervention.



Préparez la liste de tous vos médicaments, aérosols, gouttes... Si besoin, demandez l'aide de votre médecin traitant.



Pensez à demander à un·e ami·e, un·e membre de votre famille ou tout autre service de vous servir de chauffeur le jour de votre opération, pour vous rendre à l'hôpital et en revenir.

### LA VEILLE



Prenez une douche (chez vous) avec les produits nettoyants et désinfectants qui vous auront été remis.



Retirez vernis, faux ongles, bijoux, piercings. En revanche, ne rasez pas la zone qui sera opérée.

## ... le jour de mon opération ?



Prenez une nouvelle douche préopératoire chez vous avant de partir.



N'oubliez pas d'arriver à l'hôpital à jeun.



Laissez vos objets de valeur et argent liquide à la maison.



Emportez avec vous :

- Votre dossier préopératoire
- La liste complète de vos médicaments, aérosols, gouttes, etc.
- Les résultats des examens réalisés en dehors du CH Mouscron
- Vos documents de mutuelle et d'assurance.



Rendez-vous au secrétariat de l'hôpital de jour. Vous vous installez ensuite dans votre chambre, où un·e infirmier·e de l'équipe vérifie votre dossier.



Enfilez la tenue de bloc remise par votre infirmier·e.

# QUE SE PASSE-T-IL

## ... au moment de l'intervention ?



Dans votre chambre, la zone à opérer est confirmée par un signe au marqueur indélébile.



Allongé·e dans votre lit, vous êtes conduit·e par un·e brancardier·e dans la salle d'attente du bloc opératoire. Une salle qui porte bien son nom... car il est difficile de prévoir combien de temps vous y resterez : tout dépend de la durée des opérations qui précèdent la vôtre... Faites preuve de patience !

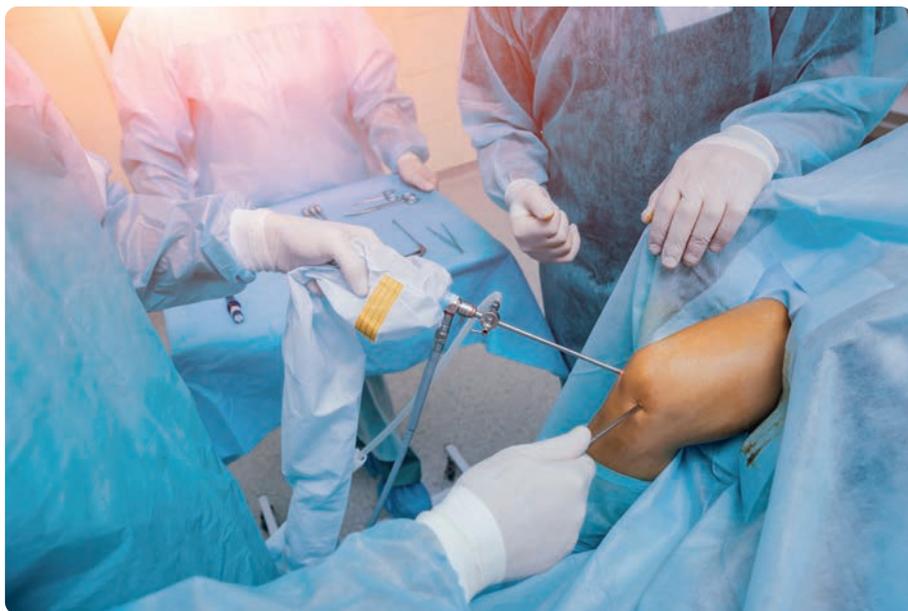


Dans la salle d'opération, vous êtes installé·e sur le dos. L'équipe du bloc vous pose une perfusion ainsi qu'un garrot, désinfecte la zone à opérer et l'isole à l'aide d'un champ opératoire (une sorte de grand papier bleu).



Votre chirurgien·ne incise le genou, y insère la caméra et les instruments, régularise les lésions de votre ménisque puis suture la peau, applique un pansement adhésif et l'entoure d'un bandage.





## ... après l'intervention ?

### QUAND POURRAIS-JE BOIRE ET MANGER ?



• **Anesthésie locale** : l'infirmier.e enlève la perfusion, et vous pouvez manger immédiatement.



• **Anesthésie générale** : l'infirmier.e prend vos paramètres (tension, pulsations cardiaques...). Vous pourrez boire 2 h après votre retour en chambre et prendre un repas léger 3 h après ce retour. La perfusion est retirée après le repas.

### ET SI J'AI MAL ?



**NE CRAIGNEZ RIEN** : l'équipe soignante s'inquiétera du contrôle de votre douleur et de l'apparition d'éventuelles nausées. Des antidouleurs vous seront administrés à l'hôpital et prescrits pour votre retour chez vous.

## QUAND POURRAI-JE SORTIR DE L'HÔPITAL ?

Sauf exception, vous rentrez chez vous le jour même. Avant votre départ, on contrôle votre pansement et votre chirurgien·ne ou son assistant·e passe vous voir. Il·elle décide de votre départ en fonction de différents critères :



- **Anesthésie locale** (seule votre jambe a été endormie) : la sortie est autorisée dès que vous pouvez remarcher et après avoir uriné.



- **Anesthésie générale** : la sortie est autorisée après vérification de cette récupération de la marche, mais aussi de votre tension artérielle, de l'absence de nausées, etc.



Notre équipe vous remet une lettre pour votre médecin traitant, la prescription pour les soins infirmiers et pour d'éventuelles séances de kinésithérapie si votre chirurgien·ne les juge nécessaires, votre certificat d'arrêt de travail (dont la durée est discutée en consultation), les ordonnances pour les antidouleurs et les anti-inflammatoires, les documents pour votre assurance hospitalisation et un rendez-vous pour la consultation de contrôle.



### N'OUBLIEZ PAS

Il est important de vous faire accompagner pour rentrer chez vous !



# DE RETOUR À LA MAISON

## Ma convalescence

Une fois de retour chez vous, que se passe-t-il ?



- **Ablation des fils** le 15<sup>e</sup> jour après votre opération (sauf s'il s'agit de fils résorbables). Entretemps, un·e infirmier·e change votre pansement chaque fois que nécessaire. NB : vous pouvez prendre une douche, les pansements adhésifs résistent à l'eau.



- **Diminution progressive des antidouleurs** en veillant à maintenir un confort suffisant pour favoriser une rééducation optimale.



- **Application de glace 2 à 3 fois** par jour jusqu'à ce que votre genou soit dégonflé (le gonflement peut persister quelques jours à quelques semaines après l'opération).



- **Auto-rééducation** : vous mobilisez régulièrement votre genou en position assise ou couchée. Vous pouvez vous appuyer sur la jambe opérée.



- **Séances de kinésithérapie** : à suivre si votre chirurgien·ne vous les a prescrites.





## La reprise de mes activités



Votre chirurgien-ne vous indique quand vous pourrez reprendre vos activités :

- **Bain** : 3 semaines (cicatrisation totale)
- **Vous mettre à genoux** : 3 à 4 semaines
- **Piscine** : 4 semaines
- **Travail** : 2 à 6 semaines
- **Marche** : à volonté
- **Vélo** : dès que vous le pouvez
- **Conduite de votre voiture** : dès que vous le pouvez

## Je dois consulter mon chirurgien-ne si...



... ma cicatrice présente une rougeur et/ou un écoulement suspect.



... je ressens une douleur inhabituelle.



... j'ai de la fièvre, des frissons.

**Attention** : ne prenez pas d'antibiotique sans l'avis de votre chirurgien-ne !

### COMPLICATIONS POTENTIELLES

Hématome • Infection • Algoneurodystrophie (enraidissement progressif et douloureux d'une articulation) • Atteinte nerveuse ou vasculaire (liste non-exhaustive) • Phlébite.

## Nous sommes à vos côtés

N'hésitez pas à poser toutes les questions que vous souhaitez durant votre séjour à l'hôpital. Notez aussi que tous les résultats des examens réalisés pendant votre hospitalisation sont disponibles sur simple demande auprès de notre équipe.

### Contact secrétariat d'orthopédie :

+32 (0)56 85 84 41 ou +32 (0)56 85 84 40  
secretariat.orthopedie@chmouscron.be

### Hôpital de Jour chirurgical :

+32 (0)56 85 80 74

CACHET

