

CURE DE HERNIE INGUINALE OU OMBILICALE



*Recommandations à suivre
après la chirurgie*

Pour vous, pour la vie

Vous venez de subir une cure de hernie. Cette brochure contient les principales réponses aux questions qui surviennent lors de votre retour à la maison.

Que dois-je faire à la maison?

L'alimentation

Si vous vous sentez bien, le soir après votre chirurgie, vous pouvez manger comme à l'habitude, en évitant les excès.

Le soulagement de la douleur

Généralement, la douleur ressentie à la suite d'une cure de hernie est légère ou modérée. Cependant, elle peut être accentuée par la mobilisation et l'élimination intestinale durant les premiers jours. Des médicaments analgésiques vous seront prescrits dans les premiers jours afin de soulager la douleur. N'hésitez pas à les prendre au besoin. Un soulagement adéquat favorise un bon sommeil et une meilleure récupération.



- . À la suite d'une **cure de hernie par laparoscopie**, il est possible que vous ressentiez une douleur aux épaules et au bas du dos. Cet inconfort peut-être causé par l'injection de gaz carbonique dans votre abdomen au moment de la chirurgie. Pour aider au soulagement levez-vous et marchez souvent, cela aide à diminuer l'inconfort.
- . À la suite d'une **cure de hernie inguinale**, une couleur bleutée du scrotum ou du pénis de même que de la douleur et de l'œdème (enflure) peuvent apparaître. Celles-ci seront atténuées par l'application locale de glace. Ceci devrait normalement diminuer, après 48 heures.

L'élimination intestinale

Durant les deux premières semaines suivant l'intervention, évitez de forcer pour aller à la selle, d'où l'importance de prévenir la constipation (boire beaucoup, se mobiliser, avoir une alimentation riche en fibres).



De plus, les analgésiques occasionnent chez certains individus des troubles de constipation, le recours à des laxatifs ou à un agent émollient est alors nécessaire.

Les soins de plaie

Vous allez voir une plaie d'environ 4 à 7 cm ou de petites incisions retenues avec des points fondants ainsi que des diachylons de rapprochement (stéri-strip). Laissez la plaie à l'air. Nettoyez-la délicatement avec de l'eau et une débarbouillette propre. Si les diachylons n'ont pas tombé après 1 semaine, vous pouvez les enlever doucement.

Les soins d'hygiène

La douche ou un bain d'eau claire est permis(e) dès le lendemain de la chirurgie. Dans la douche, ne laissez pas couler le jet de l'eau directement sur votre plaie. Dans le bain, éviter de laisser tremper longtemps votre plaie dans l'eau.

Que puis-je faire et ne pas faire après ma chirurgie?

Reprenez progressivement vos activités habituelles, selon votre tolérance. Il n'y a pas de limite de temps pour ce qui est de la reprise des activités sexuelles, cela se fera lorsque vous serez prêt.

Par ailleurs, durant les deux premières semaines suivant la chirurgie, évitez de soulever des objets lourds et évitez tout sport brusque ou de contacts comme le tennis, le karaté, le judo, la boxe, etc.

Comment puis-je savoir que tout va bien et que ma guérison est normale?

- . La douleur diminue graduellement et disparaît après 15 jours environ.
- . La plaie est propre, sans écoulement. Il est normal qu'elle soit foncée, légèrement surélevée au toucher et sensible. De plus, plusieurs personnes disent sentir un "cordon " lorsqu'ils touchent leur plaie.

- . Une masse peut persister après l'opération. Il s'agit le plus souvent d'une accumulation de liquide, celui-ci s'élimine généralement tout seul.

- . Dans certains cas, il est possible d'avoir une perte de sensibilité au pourtour de l'incision. Ceci est dû à une atteinte d'un nerf lors de la chirurgie. Cette situation est temporaire, la sensibilité reviendra à la normale après 6 mois environ. C'est le temps nécessaire à la fibre nerveuse pour guérir.

Les signes de complication de la cure de hernie

- . Si vous avez de la difficulté à uriner avec ou sans présence de douleur. Ceci est généralement vérifié avant votre congé.
- . Si ça fait mal malgré la médication (si vous avez une augmentation soudaine de la douleur).
- . Si vous saignez.
- . Si vous avez subi une cure de hernie inguinale et que votre scrotum est enflé, bleuté et douloureux pendant plus de 48 heures ou si cela augmente après 24 heures.



Après une cure de hernie, le risque d'avoir une infection de plaie est faible. Voici les signes d'infection :

- . Si vous faites de la fièvre (température buccale supérieure à 38,5 C);
- . Si votre plaie dégage une mauvaise odeur;
- . Si vous observez un écoulement de couleur jaunâtre ou verdâtre au niveau de la plaie;
- . Si votre abdomen est gonflé et dur;

Aviser votre chirurgien ou l'infirmière de l'unité.

Comment pouvez-vous nous joindre?

Si vous avez des inquiétudes, n'hésitez pas à nous contacter.

Les infirmières des unités de soins au pré et post-opératoire:

- Centre de soins ambulatoires : (514) 252-3400,
postes 6477

- Pavillon Rosemont : (514) 252-3400,
postes 3881

Les infirmières de la clinique externe au :

- Centre de soins ambulatoires : (514) 252-3400,
postes 4263



Hôpital Maisonneuve-Rosemont

5415, boul. de l'Assomption
Montréal QC H1T 2M4
Téléphone: (514) 252-3400
www.maisonneuve-rosemont.org

Tous droits réservés
©HMR, 2006

CP-CHR-018