

# Se préparer pour une intervention chirurgicale :

Conseils pour aider les patients à éviter une infection du site opératoire



## Qu'est-ce qu'une infection du site opératoire ?

Les bactéries nous entourent. En fait, nos corps abritent environ 100 milles millions de bactéries « amies », essentielles à notre survie. Malheureusement, certaines bactéries peuvent être dangereuses et causer une infection. Une infection du site opératoire apparaît lorsque ces dernières pénètrent dans l'incision faite dans la peau pour une intervention chirurgicale.



## Quels sont les symptômes d'une infection du site opératoire ?

Les symptômes d'une infection peuvent comprendre des rougeurs, un gonflement et une douleur autour de la zone d'intervention chirurgicale, de la fièvre et/ou des sécrétions (pus) de la plaie chirurgicale. Cela peut se produire n'importe quand, entre 2 et 3 jours après votre intervention, et jusqu'à ce que la plaie soit guérie (habituellement 2 à 3 semaines après l'intervention).



## Comment puis-je éviter d'avoir une infection du site opératoire ?

Heureusement, les infections du site opératoire sont rares et n'affectent la plupart du temps que la peau, mais certaines infections peuvent se propager aux tissus profonds si elles ne sont pas traitées. Les médecins et les infirmiers sont formés pour s'assurer que le risque de contracter une infection est faible, mais il y a des choses que vous pouvez faire en tant que patient pour limiter ce risque.



# Avant votre intervention chirurgicale

## 1 Partagez vos antécédents médicaux



Avant votre intervention chirurgicale, votre médecin ou infirmier vous questionnera pour vérifier vos antécédents médicaux. Ces informations aideront votre équipe chirurgicale à adapter leurs soins pour s'assurer que vous ayez une intervention sûre et un bon rétablissement. Vous devriez informer votre médecin ou infirmier si vous :

- ▶ êtes diabétique
- ▶ fumez
- ▶ prenez des corticoïdes
- ▶ avez été hospitalisé sur une longue période avant votre intervention
- ▶ avez été transfusé avant votre intervention
- ▶ avez des antécédents connus de bactéries résistantes

## 2 Arrêtez de fumer dès que possible



Les personnes qui fument sont plus exposées aux infections et autres complications liées à une intervention chirurgicale. Arrêter de fumer le plus tôt possible accélère votre rétablissement. Idéalement, vous devriez arrêter de fumer au moins quatre semaines avant votre intervention.

Si vous ne parvenez pas à arrêter de fumer dès maintenant, arrêtez de fumer au moins 48 heures avant votre intervention. Vous devriez également maintenir l'arrêt du tabac le plus longtemps possible après l'intervention pour aider à votre rétablissement général. Si vous avez besoin d'aide pour arrêter de fumer, faites-en part à votre équipe médicale.

## 3 Ayez une bonne hygiène de vie



Une intervention chirurgicale impose beaucoup de stress à votre corps. Après une intervention chirurgicale, votre système immunitaire sera très sollicité pour favoriser la cicatrisation de votre plaie chirurgicale et lutter contre les infections. Pour aider votre système immunitaire, vous devriez envisager de vous renforcer physiquement en :

- ▶ Mangeant équilibré, et privilégiant les aliments riches en vitamines, minéraux et protéines
- ▶ S'entraînant régulièrement pour favoriser la tonicité et être plus résistant
- ▶ Évitant l'excès d'alcool. Même des quantités modérées d'alcool peuvent affaiblir le système immunitaire et ralentir le rétablissement. Informer votre médecin si vous prenez de l'aspirine ou des médicaments à base d'aspirine, car ils peuvent interférer avec la cicatrisation des plaies

## 4 Ne pas se raser ou s'épiler



Il peut être tentant de raser, épiler ou utiliser des crèmes dépilatoires autour de votre zone chirurgicale avant une intervention chirurgicale, mais ne le faites pas ! S'épiler ou se raser peut abîmer la peau avant l'intervention, ce qui peut affaiblir les défenses de l'organisme contre les bactéries. Si vous avez l'habitude de vous raser ou épiler autour de la zone à opérer, cessez de le faire au moins cinq jours avant l'intervention chirurgicale. Cela donnera suffisamment de temps aux petites coupures ou lésions cutanées de cicatriser.

Il est possible que les poils aient besoin d'être retirés avant une intervention chirurgicale pour permettre au chirurgien de voir la zone à opérer. Si tel est le cas, un infirmier retirera les poils en utilisant une tondeuse électrique chirurgicale le jour de l'intervention.



# Au moment de votre intervention chirurgicale

## 5 Prendre une douche ou un bain le jour de votre intervention



Prenez une douche ou un bain chaud en utilisant un savon ordinaire la veille et/ou le matin du jour de votre intervention chirurgicale. Votre médecin peut vous prescrire un savon antiseptique à la place d'un savon ordinaire.

Après la douche ou le bain, restez au chaud.

## 6 Évitez d'avoir froid



Les patients qui ne se refroidissent pas avant, pendant et après une intervention chirurgicale résistent mieux aux infections. Vous pouvez maintenir votre température en :

- ▶ Apportant des vêtements supplémentaires tels que des pantoufles, une robe de chambre, un gilet et autres vêtements chauds
- ▶ Demandant des couvertures supplémentaires pour rester au chaud pendant le transport de la chambre au bloc opératoire
- ▶ En portant la casaque que l'on vous a donnée jusqu'au moment de l'intervention chirurgicale pour éviter de prendre froid
- ▶ En informant le personnel médical à tout moment si vous avez froid

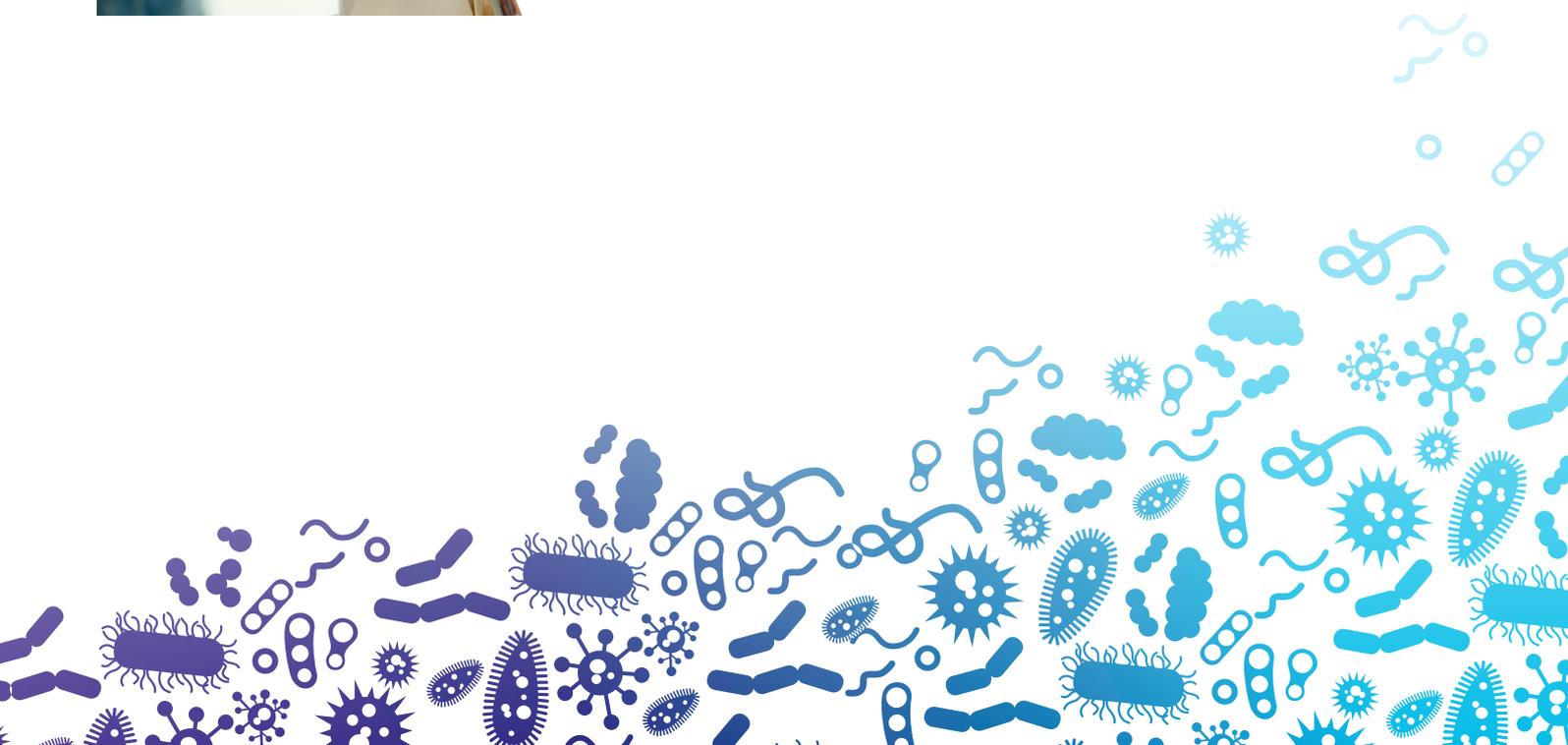
Votre équipe médicale peut aussi vous fournir une casaque de réchauffement qui souffle doucement de l'air chaud sur la peau pour maintenir ou augmenter votre température.

## 7 Assurez-vous que vos mains soient propres



Maintenir des mains propres peut aider à arrêter la propagation de bactéries dangereuses pouvant causer des infections. Encourager les personnes autour de vous à avoir les mains propres.

- ▶ La famille et les amis doivent se laver les mains avec de l'eau et du savon ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool avant et après vous avoir rendu visite. Si vous ne les voyez pas se laver les mains, demandez-leur de le faire
- ▶ Assurez-vous que votre équipe médicale se lave les mains avant de vous examiner avec de l'eau et du savon ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool



# Après l'intervention chirurgicale

## 8 Surveillez votre cicatrice



Votre pansement doit rester en place 48 heures après l'intervention chirurgicale, à moins qu'il soit souillé. Si cela se produit, vous devez demander de l'aide pour changer le pansement. Toute personne qui touche la cicatrice doit se laver les mains avant.

Les bains, saunas ou la natation ne sont généralement pas recommandés durant les deux premières semaines suivant l'intervention chirurgicale ; demandez à votre médecin quand votre cicatrice pourra être mouillée sans danger.

## 9 Connaître les signes d'une infection du site opératoire et en parler



Avant de rentrer à la maison, assurez-vous de savoir qui contacter si vous avez des questions ou des problèmes après votre retour. Vous devriez surveiller les symptômes suivants :

- ▶ la présence de rougeur, gonflement, chaleur ou douleur autour de votre cicatrice
- ▶ la présence de sécrétions de colorées (pus)
- ▶ une sensation de malaise ou fièvre ou si vous constatez une température élevée supérieure à 38 °C

Si vous présentez l'un des symptômes suivants, consultez immédiatement votre médecin.

**3M France**

Boulevard de l'Oise  
95006 Cergy-Pontoise cedex  
Tel: 01.30.31.61.61

\* 3M Science. au Service de la Vie.  
J434621. 3M est une marque déposée de 3M Company. © 3M 2018. Tous droits réservés.

