



# Urogynécologie et chirurgie pelvienne reconstructive



Voici quelques réponses aux questions que vous pourriez vous poser après votre chirurgie.

## À quoi sert une chirurgie pelvienne reconstructive?

La chirurgie pelvienne reconstructive sert à diminuer les symptômes de descente d'organes pelviens (vessie, utérus, rectum ou vagin). Il est aussi possible que votre chirurgie soit faite pour aider à diminuer l'incontinence urinaire (fuites d'urines involontaires).

### La chirurgie peut être faite par :

- Une coupure horizontale dans le bas du ventre (voie laparotomique).
- De petites coupures sur le ventre (voie laparoscopique) et/ou par le vagin. La plupart du temps, lorsque la chirurgie se fait par le vagin, il est possible d'avoir une anesthésie régionale, c'est-à-dire une injection de médication dans le dos pour rendre insensible le bas du corps durant la chirurgie, sans être endormie complètement.

Selon la discussion avec le chirurgien, une hystérectomie (retrait de l'utérus) peut être pratiquée en même temps. Il se peut aussi qu'un morceau de treillis, qui est un matériel permanent, soit installé pour empêcher la descente d'organes.

## Combien de temps vais-je rester à l'hôpital?

Vous resterez une à deux nuits selon la situation.

## Qu'est-ce que je pourrais ressentir les jours qui suivent ma chirurgie?

- Maux de cœur (nausées) et vomissements. Ces symptômes arrivent souvent et diminuent peu à peu. Si nécessaire, vous pouvez prendre

des médicaments pour soulager les nausées telles que le Graval® que vous pouvez acheter en vente libre.

- Fatigue et diminution d'énergie. Il est important de vous reposer.
- Douleur due à la chirurgie. Si vous avez de la douleur, il est important de prendre les antidouleurs prescrits pour mieux récupérer.

## Qu'est-ce que je peux manger?

Vous recommencerez à manger normalement peu à peu selon l'évolution de votre état. Le chirurgien et l'infirmière vous diront quand vous pourrez manger et boire normalement.

## Comment vais-je uriner après la chirurgie?

Vous aurez une sonde dans la vessie pour la première nuit à l'hôpital. Le lendemain, elle sera retirée et l'infirmière vérifiera comment votre vessie se vide avant votre retour à la maison.

Si votre vessie ne se vide pas assez bien après votre chirurgie, ne vous inquiétez pas, c'est fréquent. Vous quitterez l'hôpital avec une sonde dans votre vessie. Vous aurez un rendez-vous dans les 7 jours suivant votre sortie de l'hôpital afin de la faire enlever.

## Si j'ai une compresse vaginale, quand sera-t-elle retirée?

À la fin de certaines chirurgies, une compresse (comme un gros tampon) sera insérée dans votre vagin pour la nuit. La plupart du temps, elle sera retirée le lendemain matin, en même temps que la sonde urinaire.



## Est-ce normal d'avoir des pertes vaginales et des saignements?

Il est normal d'avoir des saignements ou pertes vaginales après la chirurgie. Ils devraient être légers, durer de 4 à 6 semaines et diminuer tranquillement. Par contre, il n'est pas normal de changer de serviette aussi souvent que lors d'une menstruation.

## Comment prendre soin de ma plaie (s'il y a lieu)?

Si vous avez une coupure sur le ventre, le pansement est retiré en général 24 h après la chirurgie.

Une fois le pansement retiré, vous pouvez prendre une douche :

- Lavez la plaie à l'eau sans savon, sans frotter et sans diriger le jet d'eau directement dessus;
- Utilisez un savon doux pour le reste du corps;
- Séchez bien la plaie en tapotant (incluant les pansements de rapprochements s'il y a lieu).

S'il y a des agrafes, elles seront retirées entre 3 à 7 jours, selon l'avis du chirurgien. S'il y a des pansements de rapprochements, ils tomberont par eux-mêmes 7 à 10 jours après la chirurgie (s'ils ne sont pas tombés rendu là, vous pouvez les retirer);

Observez-la ou les plaies pour des signes d'infection. Il est normal qu'il y ait un peu de rougeur et de sécrétions jaunes et roses clairs. En cas de rougeur intense ou si les sécrétions deviennent purulentes (vertes), contactez votre chirurgien.

## Quand pourrais-je reprendre mes activités?

### Exercices durant l'hospitalisation, après la chirurgie

- Commencez le plus tôt possible des exercices respiratoires pour prévenir des problèmes aux poumons. L'infirmière vous montrera la meilleure façon de les faire. Une fiche santé « *Les exercices respiratoires après une opération* » explique aussi comment faire ces exercices;
- Bougez les jambes;
- Demandez de l'aide pour vous lever, surtout la première fois;
- Assoyez-vous dans le fauteuil;
- Le lendemain de la chirurgie, essayez de marcher dans le corridor ou dans votre chambre plusieurs fois par jour.

### Exercices à faire lors du retour à la maison

- Recommencez vos activités graduellement. Par exemple, marchez un peu, montez et descendez les escaliers (limiter le plus possible le nombre de montées et de descentes), tout en étant à l'écoute de votre corps. Si vous avez de la fatigue ou de la douleur, reposez-vous.

### Exercices à reprendre progressivement

- Il est important d'attendre 4 à 6 semaines avant de conduire la voiture;
- Pendant 6 à 8 semaines après la chirurgie, ne faites pas de sports ou d'efforts physiques importants et ne soulevez pas des objets lourds (ex. : sacs d'épicerie, valises, enfants, passer l'aspirateur);
- Vous devrez prendre congé du travail de 6 à 8 semaines, selon la nature de votre travail;
- Vous aurez des médicaments pour diminuer la douleur. N'hésitez pas à en prendre régulièrement au début puis au besoin par la suite.



## Que dois-je faire pour éviter d'être constipé?

Il est important que vous ne soyez pas constipée :

- Vous aurez des médicaments pour garder les selles les plus molles possible dans les mois suivants votre chirurgie;
- Priorisez les aliments contenant des fibres alimentaires tels que les fruits, les légumes et les grains entiers;
- Buvez de 1 à 2 litres de liquide (surtout de l'eau) par jour.

## Combien de temps dure la guérison et quand est-ce que je vais retrouver la capacité de retenir mes urines?

Il est possible que cela prenne plusieurs semaines avant de retrouver la capacité de contrôle sur la vessie. Si vous aviez des fuites urinaires avant votre chirurgie, il est possible que cela prenne quelques semaines avant de voir une amélioration.

Par contre, tel que discuté avec votre chirurgien, si vous n'aviez pas de fuites d'urines avant la chirurgie, il arrive qu'elles apparaissent après la chirurgie. Il sera important d'en discuter avec votre chirurgien lors de votre rendez-vous de suivi.

## Quelles sont les précautions à prendre après ma chirurgie?

Pour 6 à 8 semaines après votre chirurgie :

- N'insérez rien dans votre vagin (à moins d'avis contraire du chirurgien). Cela inclut les tampons, les coupes menstruelles (ex. : DivaCup®), les douches vaginales et les relations sexuelles avec pénétration. Lors de l'examen à votre rendez-vous de suivi, votre chirurgien vous indiquera quand vous pourrez recommencer.
- Évitez de prendre des bains, de nager ou d'aller au spa jusqu'à votre rendez-vous de suivi avec le chirurgien.

## Quels symptômes dois-je surveiller?

- Fièvre (température de 38,5°C /101,3°F ou plus);
- Plaie : saignement de plus de quelques gouttes qui dure plus de 2 jours, rougeur qui augmente, enflure ou écoulement de pus;
- Saignement vaginal important (qui remplit une serviette hygiénique au complet en 1 heure ou moins). Il est toutefois normal d'avoir de légers saignements durant 6 semaines après la chirurgie;
- Enflure ou douleur dans une jambe;
- Difficulté à respirer ou douleur à la poitrine;
- Maux de cœur (nausées) ou vomissements avec incapacité de s'hydrater pendant plus de 4 heures;
- Incapacité à uriner (aucune urine ne sort malgré l'envie ressentie pendant 4 à 6 heures).

**Si vous avez un ou plusieurs symptômes suivants, avisez votre chirurgien, appelez Info-Santé au 811 ou présentez-vous à l'urgence (Hôpital du Sacré-Cœur-de-Montréal de préférence).**

Notes :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---