

Guide d'Éducation Thérapeutique

PATIENT

# PROTHÈSE TOTALE DU GENOU

## *SUR-MESURE*

### CHIRURGIE AMBULATOIRE

ou Hospitalisation Courte

*Récupération Rapide Après Chirurgie - RRAC*

#### Dr Benoît ORFEUVRE

Chirurgien Orthopédiste Traumatologue  
Spécialiste du GENOU et de la HANCHE  
Ancien Interne des Hôpitaux de GRENOBLE  
Ancien Assistant Spécialiste des Hôpitaux de GRENOBLE



CENTRE ORTHOPÉDIQUE ALPES ANECY



## Clinique Générale Annecy

 VIVALTO SANTÉ

4 chemin de la tour la reine - 74 000 Annecy - France  
+ 33 (0)4 50 33 09 50 / coaa74@gmail.com

#### CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE - CHIRURGIE DU SPORT

Dr J Bahurel - Dr B Barbe - Dr O Boniface - Dr M Bouyer - Dr A Buijze - Dr T De Polignac  
Dr C Fornasieri - Dr A Kling - Dr T Lafosse - Dr M Loret - Dr B Orfeuvre - Dr A Roudet

# SOMMAIRE

## POURQUOI UNE PROTHÈSE TOTALE DU GENOU ?

Page 4

## PLANIFICATION SCANNER 3D - GUIDES DE COUPE *SUR-MESURE*

Page 5

## RÉCUPÉRATION RAPIDE APRÈS CHIRURGIE - CHIRURGIE AMBULATOIRE

Page 6

## PRÉPARER VOTRE ENTRÉE À LA CLINIQUE et VOTRE INTERVENTION

Page 9

## VOTRE HOSPITALISATION

Page 11

## L'INTERVENTION

Page 12

## APRÈS L'INTERVENTION

Page 14

## VOTRE SORTIE DE LA CLINIQUE

Page 15

## CONSIGNES POSTOPÉRATOIRES et RÉSULTATS ATTENDUS

Page 16

## COMPLICATIONS

Page 21

## EN CAS DE PROBLÈME ?

Page 22

## *SOS GENOU*

Page 23

Madame, Monsieur,

Vous allez être hospitalisé(e) à la Clinique Générale d'Annecy,  
pour la mise en place d'une Prothèse Totale du Genou *Sur-Mesure*.

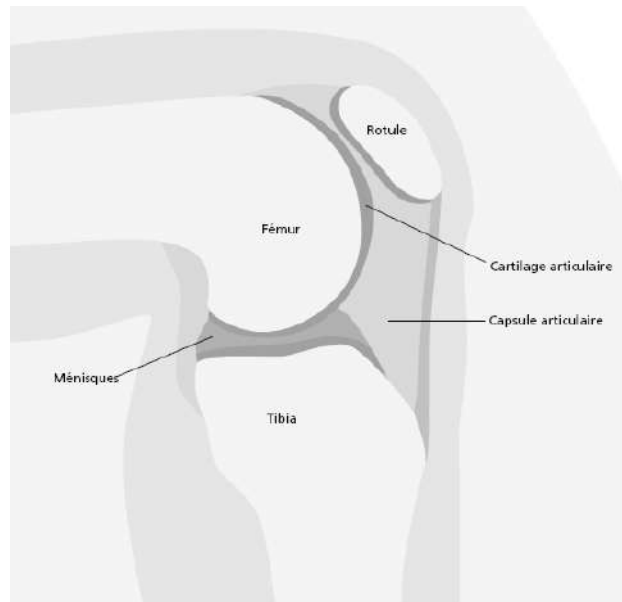
Vous trouverez dans ce **Guide d'Éducation Thérapeutique** les informations qui vous aideront à mieux comprendre l'intervention dont vous allez bénéficier, et le programme que nous vous proposons pour que vous retrouviez rapidement une vie quotidienne normale.

Ces informations ne se substituent pas aux consultations à la Clinique Générale que vous aurez avec votre chirurgien, l'anesthésiste, le personnel infirmier, le kinésithérapeute mais elles pourront vous servir au cours de ces entretiens, de votre séjour et pour les suites de votre intervention. Elles sont le plus précises possibles mais restent indicatives.

Les documents de votre **Kit d'Admission** sont également importants à lire et à compléter.

## POURQUOI UNE PROTHÈSE TOTALE DU GENOU ?

Le genou est constitué par les surfaces cartilagineuses du fémur, du tibia et de la rotule.



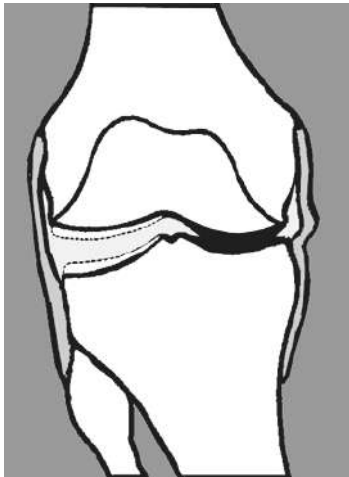
L'arthrose du genou (gonarthrose) est une altération dégénérative progressive du cartilage articulaire d'un ou plusieurs compartiments du genou. Il s'agit d'un processus irréversible. La rapidité de la destruction articulaire est variable, de quelques mois, à plusieurs années.

C'est la cause de douleur du genou (gonalgie) la plus fréquente après 50 ans. Cette douleur peut être chronique (présente en permanence) ou évoluer par crises (poussées d'arthrose).

Elle s'accompagne de déformation de l'articulation, d'enraidissement et donc de limitation des mouvements et de fait, d'une limitation de votre demande fonctionnelle.

Les causes de l'atteinte articulaire sont le plus souvent l'arthrose, et plus rarement un rhumatisme articulaire, une nécrose de l'os (ostéonécrose), une fracture ou une rupture ligamentaire ancienne ...

La chirurgie devient la seule solution lorsque le traitement médical n'est plus efficace et que les examens complémentaires (radiographies) mettent en évidence une arthrose globale avancée de l'articulation. Ce traitement chirurgical est le remplacement de l'articulation par une Prothèse Totale du Genou.



L'indication opératoire dépend surtout de la douleur et de la gêne fonctionnelle (limitation de la mobilité articulaire, retentissement sur la marche ...). La décision du moment de l'intervention incombe au patient, et à personne d'autre.

Les principaux bénéfices à attendre d'une prothèse sont la réduction ou l'élimination des douleurs, la récupération de la mobilité et l'amélioration de la qualité de vie.

**UNE TECHNOLOGIE AVANCEE :**

**UNE PROTHSE SUR-MESURE  
INSTRUMENTATION A USAGE UNIQUE**

Une prothèse *Sur-Mesure* est conçue pour apporter une reconstruction de l'articulation qui soit la plus proche possible de l'anatomie et de la cinématique de chaque patient. Le but est d'optimiser les résultats.

La pose de la prothèse nécessite une Instrumentation à usage unique et des Guides de coupe *Sur-Mesure*. Les avantages sont la précision chirurgicale et la diminution des risques opératoires.

Les guides de coupe et la prothèse *Sur-Mesure* sont fabriqués selon une planification scanner 3D réalisés à l'aide du scanner que vous aurez effectué en pré opératoire. Ils vous seront propres et serviront uniquement pour votre chirurgie. Les guides demandent en moyenne 1 mois et demi pour être fabriqués par le laboratoire, être stérilisés et envoyés à la clinique. Ils permettent ensuite votre chirurgie.

## RÉCUPÉRATION RAPIDE APRÈS CHIRURGIE CHIRURGIE AMBULATOIRE



La **RRAC**, acronyme de **Récupération Rapide Après Chirurgie** ou de **Réhabilitation Rapide Améliorée Après Chirurgie**, en anglais **Enhanced Recovery After Surgery** ou **Fast Track Surgery**, vise la reprise d'une autonomie active et complète du patient, le plus rapidement possible après sa chirurgie. Elle limite l'impact de l'intervention sur son corps et son esprit. Chaque étape, chaque soin y est optimisé et organisé autour de l'opéré pour un meilleur résultat.

La Récupération Rapide Après Chirurgie a été initialement développée par des équipes chirurgicales au Danemark en 1995 pour la chirurgie du colon.

Cette prise en charge, réalisée en protocole de Récupération Rapide Après Chirurgie (RRAC), est proposée en **Chirurgie Ambulatoire** sauf exception.

Décrite pour la première fois en Ecosse en 1909, la **Chirurgie Ambulatoire** a connu depuis les années 80 un développement considérable aux Etats-Unis et dans plusieurs pays européens. Même si le taux de Chirurgie Ambulatoire progresse en France, elle est considérée comme l'un des pays ayant, à ce jour, le moins développé cette activité en Europe. Pourtant cette pratique associe qualité, sécurité, réduction des délais et optimisation de l'organisation des soins, mais aussi amélioration de la satisfaction des patients.

La **Chirurgie Ambulatoire** se définit comme des actes chirurgicaux programmés, réalisés dans les conditions techniques nécessitant impérativement la sécurité d'un bloc opératoire, et suivis d'une surveillance postopératoire permettant, sans risque majoré, la sortie du patient le jour même de son intervention.

Cette mise en œuvre est réalisée par le **Comité de Récupération Rapide Après Chirurgie de la Clinique Générale** (Comité RRAC). Il s'agit d'une instance multidisciplinaire comprenant chirurgiens, anesthésistes, pharmaciens, personnel infirmier, kinésithérapeutes, qualitatifs, ingénieurs biomédicaux, cadres, secrétaires et administratifs.

La Clinique Générale d'Annecy est **Centre de Référence** depuis 2015 pour la **Réhabilitation Améliorée Après Chirurgie en Chirurgie de la Hanche et du Genou** ([www.grace-asso.fr](http://www.grace-asso.fr)).



La Clinique Générale d'Annecy a été choisie par l'**ARS** (Agence Régionale de Santé - Rhône Alpes) comme **Service Référent** pour le développement de la **Réhabilitation Améliorée Après Chirurgie en Chirurgie Orthopédique**.

La Récupération Rapide Après Chirurgie est fondée sur :

- **des techniques chirurgicales avancées les moins agressives possibles (chirurgie mini-invasive)**
- une prise en charge anesthésique dédiée
- **une coordination étroite avec les équipes paramédicales** (personnel infirmier, kinésithérapeutes, cadres)
- **un suivi personnalisé**

Elle est basée aussi sur un programme d'**Éducation Thérapeutique** pour le patient, avant son intervention, avec les étapes suivantes :

- Consultation(s) avec le chirurgien : information sur la prise en charge préopératoire, sur l'intervention, sur la prise en charge et le suivi en postopératoire
- Remise de ce Guide d'Éducation Thérapeutique spécifique à votre intervention
- Remise des ordonnances pour avant et après votre intervention (savon antiseptique, pansements, kinésithérapie, béquilles, attelle, bas de contention ...)
- Consultation avec l'anesthésiste : validation de la faisabilité en chirurgie ambulatoire ou en hospitalisation courte et remise des ordonnances pour les médicaments (antalgiques, anti-inflammatoires, protecteur gastrique, anticoagulants ...)
- Entretien d'éducation thérapeutique avec une infirmière du Comité RRAC qui détaillera votre Guide et vos ordonnances (si vous le souhaitez et nous vous le conseillons, vous pouvez venir à cet entretien accompagné d'une personne de votre choix)
- Participation à une séance d'éducation thérapeutique de kinésithérapie préopératoire à la Clinique Générale au sein même du département de Chirurgie Orthopédique où vous serez prochainement hospitalisé (si vous le souhaitez et nous vous le conseillons, vous pouvez venir à cette séance accompagné d'une personne de votre choix) ; cette séance effectuée par un kinésithérapeute libéral de la clinique vous sera facturée et remboursée au tarif de l'assurance maladie

En complément de ce programme, le Comité RRAAC reste à votre disposition pour tout renseignement complémentaire au 04 56 41 23 20 ou au 04 50 33 13 26 (poste 3883).



## PRÉPARER VOTRE ENTRÉE À LA CLINIQUE et VOTRE INTERVENTION

*Cochez la case lorsque l'étape est réalisée*

<b>DÉMARCHES À EFFECTUER AVANT L'HOSPITALISATION</b>	
Un rendez-vous au service de radiologie de la Clinique est fixé (sinon appeler au 04 50 45 00 72) pour venir réaliser vos <b>radiographies</b> préopératoires de prothèse du genou et un <b>scanner</b> pour la planification scanner 3D et la fabrication de Guides de coupe <i>Sur-Mesure</i> <b>Date et heure :</b>	<b>Niveau - 2</b>
Remplir la fiche et faire votre <b>pré-admission</b> dans le hall d'accueil Documents à apporter : pièce identité, carte vitale ou attestation sécurité sociale, attestation mutuelle complémentaire, éventuel justificatif d'accident de travail ou de maladie professionnelle	
Un rendez-vous avec l' <b>orthésiste HCT ortho</b> est fixé (sinon appeler au 04 56 41 23 38 ou 06 72 23 61 07) Ce rendez-vous est destiné à la prise de mesures et la délivrance des bas de contention, attelle de cryothérapie compressive igloo et béquilles, si vous ne les avez pas. <b>Date et heure :</b>	<b>Niveau - 1</b>
Un rendez-vous avec l' <b>anesthésiste</b> est fixé (sinon appeler au 04 50 60 82 83) <b>Date et heure :</b>	<b>Niveau 0</b>
Réaliser le <b>bilan préopératoire pour prothèse</b> (et apporter les résultats à la consultation d'anesthésie) : -bilan dentaire par votre dentiste (pour éliminer tout foyer infectieux afin d'éviter une contamination) -bilan cardiaque et vasculaire par un cardiologue -examens sanguins et urinaires	
Venir à la consultation d'anesthésie à la clinique avec le questionnaire médical préopératoire rempli, les résultats du bilan préopératoire pour prothèse et les documents médicaux en votre possession (ordonnances de vos traitements en cours, électrocardiogramme, radiographie pulmonaire, carte de groupe sanguin, dernière analyse de sang ...)	
Un rendez-vous avec une <b>infirmière RRAC</b> de la clinique est fixé (sinon appeler au 04 56 41 23 20) pour venir réaliser votre entretien <b>d'éducation thérapeutique</b> préopératoire, le même jour que votre rendez-vous d'anesthésie <b>Date et heure :</b>	<b>Niveau 1</b>
Un rendez-vous avec les <b>kinésithérapeutes</b> de la clinique est fixé (sinon appeler au 04 50 33 13 19) pour venir réaliser votre séance de kinésithérapie <b>d'éducation thérapeutique</b> préopératoire, le même jour que votre rendez-vous d'anesthésie <b>Date et heure :</b>	<b>Niveau 1</b>
(*) = <i>sauf si vous devez aller en centre à la sortie de la clinique</i>	
Se procurer en pharmacie les médicaments pour après l'intervention (*) (antalgiques, anti-inflammatoire, protecteur gastrique) <i>attention pour les morphiniques il faut aller à la pharmacie dans les 3 jours qui suivent la prescription</i>	
Se procurer en pharmacie le traitement anticoagulant préventif pour après l'intervention (*)	
Se procurer en pharmacie le savon antiseptique pour la <i>Préparation cutanée de l'opéré</i>	
Se procurer une crème dépilatoire pour la <i>Préparation cutanée de l'opéré</i>	
Se procurer en pharmacie le matériel pour les pansements (*)	
Contacter un(e) infirmier(e) libéral (e) pour les pansements et les injections (si anticoagulant injectable) Premier rendez-vous le lendemain de votre sortie (*)	
Contacter un(e) kinésithérapeute libéra(e) pour les séances avant (1 à 3) et après l'intervention (*)	
Prévoir de se faire accompagner en voiture particulière pour aller et revenir de la clinique (*)	

EFFETS À APPORTER LORS DE L'HOSPITALISATION	
Bas de contention	
Béquilles	
Attelle de cryothérapie compressive Igloo	
Vêtements et chaussures confortables et fermées	
Pyjamas ou chemises de nuit et pantoufles	
Affaires de toilette et serviettes	

DOCUMENTS À RAPPORTER LORS DE L'HOSPITALISATION	
Consentement éclairé du chirurgien, avec devis dépassement honoraire associé, rempli et signé	
Consentement éclairé de l'anesthésiste, avec devis dépassement honoraire associé, rempli et signé	
Pour les mineurs ou majeurs protégés, autorisation d'opérer remplie et signée par les 2 parents	
Feuille de la « personne à prévenir » +/- « personne de confiance » remplie et signée	
Documents administratifs : pièce identité, carte vitale ou attestation sécurité sociale, attestation mutuelle complémentaire, éventuel justificatif d'accident de travail ou de maladie professionnelle	
Documents médicaux : ordonnances, médicaments en cours, votre bilan préopératoire pour prothèse	
Dossier imagerie : RADIOGRAPHIES PRÉOPÉRATOIRES DE PROTHÈSE DU GENOU	

PRÉPARATION PRÉOPÉRATOIRE JUSTE AVANT L'HOSPITALISATION	
<b>Douches et dépilation à effectuer la veille et le jour de l'intervention à votre domicile</b> selon le protocole de <i>Préparation cutanée de l'opéré</i> se trouvant dans votre <i>Kit d'Admission</i> Mettre des vêtements propres	
Les services de la Clinique vous contacteront la veille de votre intervention, ou le vendredi lorsque vous êtes hospitalisé un lundi, ou l'avant-veille lorsqu'un jour férié précède votre hospitalisation Il vous sera précisé : -votre heure d'arrivée à la Clinique : ___ h ___ -votre heure d'intervention : ___ h ___ L'heure d'intervention est donnée à titre indicatif et peut être modifiée selon la programmation des interventions au bloc opératoire. Le personnel soignant vous renseignera à votre arrivée	
<b>Arrêt des aliments solides et du tabac 6 heures avant l'intervention</b>	
Dans le cadre du <i>Jeûne limité</i> , <b>prendre 2 à 3 heures avant l'intervention de l'eau ou une boisson sucrée sans gaz sans pulpe sans lait</b> : 25 cc de jus de pomme, ice tea, sirop avec de l'eau, café ou thé sucrés CES BOISSONS VOUS AIDERONT À MIEUX RÉCUPÉRER APRÈS LA CHIRURGIE <b>Stoppez tout liquide 2 heures avant l'intervention</b> (ce qui correspond environ à votre arrivée à la clinique) <i>Pour vous aider à respecter strictement ces règles du Jeûne limité, consulter attentivement le schéma des « règles du jeûne avant une anesthésie » se trouvant dans votre formulaire</i> Prière d'admettre <i>Un non-respect de ces règles peut être dangereux pour votre santé et peut donc faire retarder ou reporter voire annuler votre intervention chirurgicale</i>	

## VOTRE HOSPITALISATION

Vous serez reçu à la clinique directement en Hospitalisation De Jour (au-dessous de la maternité) ou au niveau 1 (au-dessus du niveau A), sinon dans le hall d'accueil au bureau des admissions (niveau 0), selon les consignes qui vont avoir été données la veille de votre intervention par SMS (Application Ambulis) ou à défaut par appel téléphonique.

Le personnel infirmier se chargera de collecter votre Kit d'Admission, vos traitements (ordonnances et médicaments en cours), votre bilan préopératoire pour prothèse, votre dossier imagerie (radiographies préopératoires de prothèse du genou), vos bas de contention, votre attelle de cryothérapie compressive et vos documents signés. Plusieurs vérifications seront faites : votre identité (vous porterez un bracelet nominatif), votre chirurgien, votre intervention, le côté opéré. Après validation de votre préparation cutanée (douches, dépilation), vous serez invité à porter une tenue d'hospitalisation et des sous-vêtements fournis par la clinique. Les dernières consignes seront la vérification de l'absence de tout maquillage, vernis à ongle, faux ongles et le retrait de tout bijoux, alliance, piercing et de toute prothèse (dentaire, auditive, lunettes, lentilles ...).

Un brancardier se présentera pour vous accompagner au bloc opératoire en brancard (en empruntant éventuellement l'ascenseur selon l'étage où vous êtes hospitalisé). Seront apportés au bloc opératoire avec vous : le dossier médical de la clinique, votre dossier imagerie (radiographies préopératoires, scanner, IRM), vos bas de contention, votre attelle de cryothérapie compressive.

A l'arrivée au bloc opératoire, l'équipe médico-chirurgicale se présentera à vous et vous serez installé en salle de pré-anesthésie pour une durée de 30 à 60 minutes. Ce temps pouvant être modifié à cause d'éventuelles urgences qui peuvent perturber la planification des horaires. Les vérifications (identité, chirurgien, intervention, côté opéré) seront renouvelées par le personnel infirmier de pré-anesthésie. Une perfusion au bras sera posée et l'antibioprophylaxie sera administrée. Vous porterez par mesure d'hygiène une charlotte en papier pour couvrir vos cheveux.

Vous serez ensuite installé en salle d'opération et accueilli par le personnel infirmier de bloc opératoire et le personnel infirmier d'anesthésie. Vous serez transféré du brancard sur la table d'opération. Des électrodes et un brassard seront posés sur votre torse et votre bras pour surveiller vos battements cardiaques et votre tension artérielle. Un masque à oxygène ou un masque simple sera mis en place. Les vérifications (identité, chirurgien, intervention, côté opéré) seront renouvelées une dernière fois.

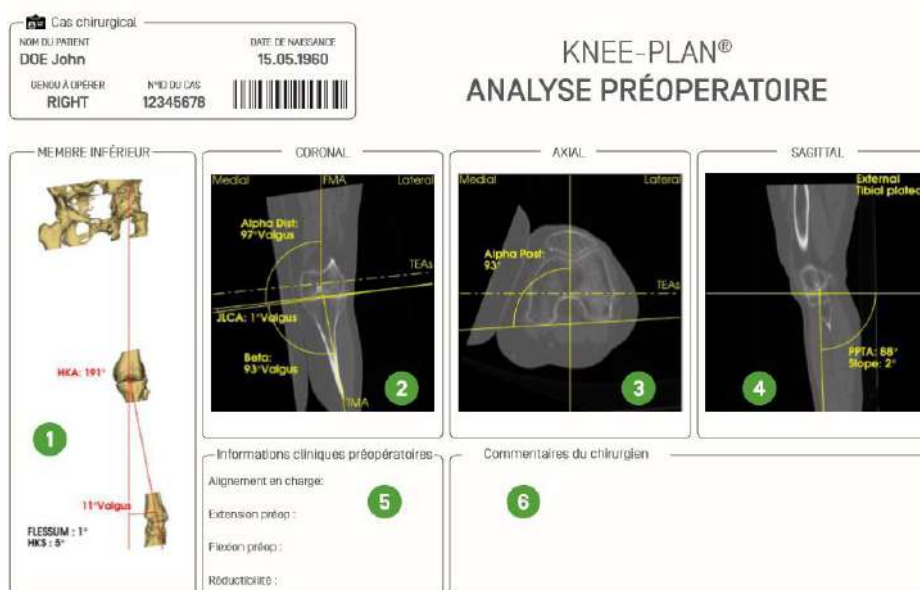
L'anesthésiste vous prendra en charge pour réaliser l'anesthésie qui vous aura été préalablement proposée lors de la consultation de pré-anesthésie (anesthésie générale ou rachi-anesthésie).

## L'INTERVENTION

Le but de l'intervention est de remplacer les surfaces articulaires dégradées de votre genou par une articulation artificielle appelée Prothèse Totale du Genou qui sera *Sur-Mesure*.



La technologie *Sur-Mesure* (prothèse et instrumentation) permet une intervention plus précise, plus rapide et moins traumatique, grâce à l'utilisation d'implants prothétiques et d'instrument faits spécifiquement pour le patient. Dès la consultation, le chirurgien vous prescrit un scanner pour l'obtention des images de votre genou. Un modèle informatique 3D de votre genou est créé à partir de ces images. D'après ce modèle et en collaboration avec le chirurgien, la prothèse et l'instrumentation sont fabriquées. Dans les jours précédents votre intervention, le chirurgien reçoit au bloc opératoire le tout sous conditionnement stérile.





L'intervention est réalisée au bloc opératoire, dans un secteur spécifique comprenant les salles d'opération du plus haut niveau d'asepsie. La chirurgie se pratique sous anesthésie générale ou rachi-anesthésie. Elle dure en moyenne entre 1h00 et 1h30. Un appui motorisé est placé à racine de votre cuisse. Après la préparation cutanée finale, les champs opératoires stériles sont mis en place.

L'intervention est réalisée sans garrot à la cuisse pour ne pas traumatiser les muscles et permettre ainsi le lever et la marche avec appui complet 4 heures après l'opération. La cicatrice est située sur la face antérieure du genou, de taille adaptée selon les cas. L'articulation est ouverte, exposant les surfaces articulaires. Les ligaments croisés, les ménisques et les ostéophytes (excroissances osseuses) sont enlevés. Les coupes osseuses sont réalisées grâce à l'instrumentation *Sur-Mesure* à usage unique. Ces coupes permettent de retirer le cartilage abîmé du fémur, du tibia +/- de la rotule et d'adapter les os à la forme de la future prothèse. Une fois les coupes osseuses réalisées, une prothèse d'essai est mise en place afin de vérifier l'axe de votre jambe et la stabilité de votre genou. Après validation, la prothèse définitive *Sur-Mesure* est fixée avec du ciment.

A la fin de l'intervention, le genou sera infiltré avec un anesthésique local pour une gestion optimale de la douleur postopératoire. L'articulation est abondamment lavée puis la suture de la capsule articulaire et des différents plans superficiels est réalisée. La fermeture se fait sans drain. L'incision est suturée avec un fil résorbable sous la peau ou des agrafes. Un pansement hydrocellulaire est posé stérilement puis vos bas de contention seront mis par-dessus.

Vous serez ensuite conduit en salle de réveil où vous serez surveillé 1 à 2 heures. Une attelle de cryothérapie compressive programmable sera mise en place pour lutter contre la douleur et l'inflammation. Les antalgiques et les anti-inflammatoires seront administrés au début en perfusion. Une radiographie postopératoire sera réalisée de façon systématique. Puis vous regagnerez le service où vous êtes hospitalisé.

## APRÈS L'INTERVENTION

Vous retrouverez, dans le service, votre personnel infirmier pour des contrôles réguliers de votre genou opéré, des douleurs, du pouls et de la tension.

Les perfusions seront retirées et les médicaments seront poursuivis en comprimés.

Votre genou continuera à être refroidi par l'attelle de cryothérapie compressive programmable puis par votre attelle de cryothérapie compressive manuelle Igloo.

Il vous sera proposé une collation.

Il vous sera demandé de vous habiller avec des vêtements confortables (mais ni pyjama ou chemise de nuit en journée), ainsi que des chaussures fermées, pour faciliter les exercices de rééducation.

La rééducation sera débutée avec le kinésithérapeute. Le premier lever sera effectué à partir de la 2<sup>ème</sup> heure après l'intervention. Il sera réalisé comme vous l'aurez appris lors de votre séance de kinésithérapie préopératoire aussi bien dans les couloirs que dans les escaliers. La marche avec appui complet est permise immédiatement, avec attelle et béquilles. Un endolorissement et une faiblesse du genou sont très fréquents dans les heures et les jours qui suivent l'opération.

## VOTRE SORTIE DE LA CLINIQUE

En Chirurgie Ambulatoire, la sortie de la Clinique s'effectue le jour même.

Après leur visite, le chirurgien et l'anesthésiste indiqueront au service votre heure de sortie et se réservent la possibilité de vous garder hospitalisé pour la nuit si votre état de santé le nécessite.

Votre accompagnant vous ramènera en voiture particulière à votre domicile. Le cas échéant, possibilité d'avoir recours à un taxi ou un VSL.

En Hospitalisation Courte, la sortie de la Clinique s'effectue le matin avant 10h00.

Le jour de sortie a été programmé pour votre cas lors de la consultation préopératoire, mais il sera adapté au cours de votre hospitalisation à votre état de santé et à votre récupération.

Votre accompagnant vous ramènera en voiture particulière à votre domicile. Le cas échéant, possibilité d'avoir recours à un taxi ou un VSL, voire une ambulance si nécessaire.

*Le retour s'effectue à domicile le plus souvent. En cas d'impossibilité, ce qui peut être le cas pour des raisons sociales et/ou médicales, votre chirurgien aura programmé, dès la consultation préopératoire, une sortie en centre de soins de suite et de réadaptation (SSR). La demande est effectuée dans au moins 2 centres. Votre sortie aura lieu vers le premier centre qui aura répondu favorablement à la demande de prise en charge. La durée moyenne de séjour en centre est de 2 semaines.*

Votre médecin traitant sera informé dans les jours suivants par un courrier comprenant le compte-rendu d'hospitalisation et le compte-rendu opératoire.

<b>DOCUMENTS DE SORTIE</b>	
(* dont certains déjà remis à la consultation)	
*Ordonnance pour le traitement (antalgique, anti-inflammatoire, protecteur gastrique) <i>Ce traitement pourra éventuellement être modifié par l'anesthésiste en fonction des évaluations postopératoires</i>	
*Ordonnance pour le traitement anticoagulant	
*Ordonnance pour les pansements	
*Ordonnance pour la rééducation	
*Protocole de rééducation dans le « Passeport Kiné »	
Votre exemplaire du compte-rendu opératoire	
Bulletin de situation (remplaçant l'arrêt de travail pendant l'hospitalisation)	
Arrêt de travail si nécessaire	
Rendez-vous de consultation postopératoire à 1 mois avec le Dr ORFEUVRE	
Carte de porteur de prothèse pour les aéroports (remise lors de la consultation postopératoire)	
Frais d'hospitalisation et honoraires des médecins à régler à la clinique	

## **LE SOIR ET LA PREMIÈRE NUIT POSTOPÉRATOIRE**

Il vous est interdit de :

- conduire un véhicule
- rester seul
- prendre des boissons alcoolisées
- prendre des somnifères (sauf prescription médicale)
- prendre des décisions importantes, de signer des contrats

## **APPELS DE SUIVI : LE LENDEMAIN DE VOTRE SORTIE et À UNE SEMAINE POSTOPÉRATOIRE**

Selon les protocoles de Chirurgie Ambulatoire, les services de la clinique vous appelleront à votre domicile, le lendemain de votre sortie pour le suivi postopératoire avec un questionnaire rapide.

A une semaine postopératoire, votre suivi sera complété par un second appel à l'identique.

## **MARCHER et BOUGER**

La marche avec appui complet sur le membre opéré est autorisée. L'utilisation de béquilles afin de sécuriser la marche est conseillée pendant 15 jours.

Pour la marche, conserver votre attelle compressive afin de diminuer les risques de gonflement et d'hématome. La mobilisation du genou doit s'effectuer librement, en fonction de la douleur. Il est conseillé de se reposer mais de ne pas rester alité toute la journée, afin de prévenir l'apparition éventuelle d'une phlébite au niveau du membre inférieur.

## **LES MÉDICAMENTS**

Pour gérer au mieux la douleur, vous devez prendre de façon systématique votre traitement antalgique (pendant 15 jours puis selon l'évolution de la douleur les 15 jours suivants) et anti-inflammatoire (pendant 1 semaine sauf contre-indication), tel qu'il vous a été prescrit sur les ordonnances qui vous ont été remises en consultation d'anesthésie. Il ne faut pas attendre d'avoir des douleurs pour prendre le traitement.

En cas de douleurs malgré le traitement correctement pris, prendre selon la prescription de l'anesthésiste le médicament plus puissant, à renouveler 1 heure après si besoin. En cas d'échec veuillez, contacter l'anesthésiste de garde de la clinique au 04 50 33 13 26 (poste 3069).



Pour la prévention du risque thromboembolique (thrombose ou phlébite se manifestant par douleur, induration, gonflement du mollet ou de la cuisse et pouvant entraîner une embolie pulmonaire) le lever précoce avec marche dans les heures suivant l'intervention est essentiel mais en contrepartie peut augmenter le risque hémorragique. Les recommandations européennes (ESA) de 2017 tiennent compte de ces nouveaux éléments : pour les patients sans facteur de risque thrombo-embolique majeur un traitement anticoagulant médicamenteux type Aspirine est indiqué (ex : 1 comprimé de Kardegic 75 mg pendant 30 jours) ; pour les patients présentant un facteur de risque thrombo-embolique majeur un traitement anticoagulant médicamenteux type Héparine de Bas Poids Moléculaire est indiqué (ex : 1 injection d'INNOHEP 4500 Ui pendant environ 30 jours) en réalisant des injections quotidiennement par une infirmière ou par vous-même si vous le souhaitez et en réalisant des prises de sang de contrôle de l'absence de baisse pathologique des plaquettes. Les autres recommandations applicables en France sont les recommandations françaises (SFAR) de 2005 et 2011 avec indication systématique d'un traitement anticoagulant médicamenteux type Héparine de Bas Poids Moléculaire (ex : 1 injection d'INNOHEP 4500 UI pendant environ 30 jours) en réalisant des injections quotidiennement par une infirmière ou par vous-même si vous le souhaitez et en réalisant des prises de sang de contrôle de l'absence de baisse pathologique des plaquettes. Dans le cadre de la Chirurgie Ambulatoire et de la RRAC, les recommandations européennes (ESA) de 2017 sont appliquées sauf avis contraire de l'anesthésiste, du chirurgien ou du patient après information des bénéfices-risques entre les complications thromboemboliques et les complications hémorragiques.

### **LES BAS DE CONTENTION**

Pour diminuer le risque de phlébite, d'hématome et d'œdème porter en permanence les bas de contention pendant 1 mois.

### **LA GLACE et LA COMPRESSION avec L'ATTELLE**

Il est important de « glacer » et de « comprimer » votre genou le plus possible, à l'aide de votre attelle Igloo pendant 15 jours. Le froid a un effet antalgique (contre la douleur) et un effet anti-inflammatoire (contre le gonflement). Pour éviter les risques de brûlure, la glace ne doit pas être en contact direct avec la peau. Mettre l'attelle avec une poche de glace toutes les 2 heures et la laisser 30 minutes le temps qu'elle fonde. Le reste du temps l'attelle doit être portée seule pour son effet compressif contre les hématomes et les saignements. Il faut simplement l'enlever pour la rééducation et la toilette.

### **LE PANSEMENT et LA CICATRICE**

Le premier pansement hydrocellulaire a été posé au bloc opératoire en fin d'intervention. Il est à renouveler par une infirmière tous les 2 jours jusqu'à cicatrisation complète (environ 15 jours). L'incision a été suturée au fil résorbable. Il n'y a aucun fil à retirer, sauf s'ils sont apparents, les nœuds aux extrémités. Cela s'effectue à 15 jours.

L'utilisation d'un pansement hydrocellulaire permet de prendre des douches dès le lendemain de l'intervention. Si le pansement se décolle ou est trop taché, faites-le renouveler plus rapidement que prévu par l'infirmière. En cas de saignement faites réaliser un pansement circulaire compressif et mettez votre genou au repos.

Dès que la plaie est cicatrisée, sans croûte, massez la cicatrice avec une crème hydratante pour éviter les adhérences et protéger la du soleil pendant un an pour éviter toute coloration anormale.

## **LES SUITES POSSIBLES pendant plusieurs semaines ou mois**

Douleur : les antalgiques et les anti-inflammatoires doivent être pris systématiquement les premiers jours puis adaptés à l'évolution de la douleur

Oedème et ecchymoses : habituels le long de la cuisse, du genou voire jusqu'au pied

Trouble de la sensibilité cutanée à proximité de la cicatrice : il est possible et régresse le plus souvent avec le temps

## **LA RÉÉDUCATION**

*(selon le protocole se trouvant dans votre « Passeport » à rapporter à chaque consultation)*

Les rendez-vous doivent avoir été réservés à l'avance et au mieux réalisez 1 à 3 séances avant l'intervention pour préparer votre genou et faire connaissance avec le kinésithérapeute

Le fait de se rendre au cabinet du kinésithérapeute est souvent plus efficace que de faire sa rééducation à domicile.

Le nombre de référence de séances de kinésithérapie est de 25 à raison de 3 par semaine.

La rééducation ne se limite pas aux exercices demandés par le kinésithérapeute, lors des séances de rééducation. Vous devez faire certains exercices vous-même à domicile notamment de flexion maximale. La flexion optimale à atteindre est de 120° mais peut nettement varier selon les cas et la flexion préopératoire. Le plus important, entre temps, est de **conserver le genou en extension complète**. Retenez qu'il est contre-indiqué de mettre un coussin sous le genou.

En fonction de vos progrès, votre chirurgien, au cours des consultations postopératoires de contrôle, adaptera le rythme de la rééducation pour une récupération personnalisée optimale.

Dans certains cas particuliers, votre chirurgien aura préconisé, dès votre consultation préopératoire, une rééducation en centre.

## **LA RÉCUPÉRATION RAPIDE APRÈS CHIRURGIE**

Votre intervention n'est pas une fin en soi mais le début de votre guérison.

La rééducation est guidée par le kinésithérapeute et votre chirurgien, mais vous êtes l'acteur principal de votre rééducation.

Une récupération rapide après votre chirurgie est en grande partie dépendante de votre volonté.

Il faut essayer de revivre une vie quotidienne normale le plus rapidement possible. Votre activité quotidienne doit être avant tout conditionnée à votre douleur. Il n'y a aucune raison, ni danger, à essayer de reprendre une activité normale le plus rapidement possible.

La clé est de faire « souvent un petit peu ».

## **LES RÉSULTATS ATTENDUS**

Les meilleurs résultats sont obtenus après 6 mois. L'amélioration peut se poursuivre pendant les 2 premières années postopératoires.

Le résultat attendu est une marche sans canne indolore et la reprise des activités physiques habituelles.

La reprise de la conduite automobile est autorisée en fonction de vos sensations dès que l'appui sur une jambe (côté opéré) est possible, en général après 1 mois.

La reprise des activités professionnelles sera fonction du type de votre emploi mais aussi de votre âge, de vos antécédents médicaux et de l'évolution de votre genou après l'intervention. A titre indicatif, les durées de référence sont :

- travail sédentaire : 1 mois
- travail physique léger : 1 à 2 mois
- travail physique modéré : 2 à 3 mois
- travail physique lourd : 3 à 4 mois

La reprise des activités sportives est possible de façon progressive :

- de 1 mois à 3 mois postopératoire : marche, vélo, natation
- puis reprise des autres sports en fonction de votre niveau physique en évitant les sports à fort impact sur le genou (jogging ...)

La durée de vie d'une prothèse totale du genou est actuellement de 15 ans minimum en l'absence de complication. Toutefois une usure prématurée ou un descellement d'une des pièces peut parfois survenir dans des délais moindres.

## **LES CONSULTATIONS POSTOPÉRATOIRES**

Le rendez-vous de la première consultation postopératoire avec le Dr ORFEUVRE vous sera remis à votre sortie et aura lieu à la clinique 1 mois après votre intervention. Des radiographies de contrôle sont à réaliser à la clinique une demi-heure avant cette consultation (prenez rendez-vous au service de radiologie au 04 50 45 00 72).

Les consultations suivantes seront fixées en fonction de l'évolution de votre genou. Elles seront rapprochées la première année puis de plus en plus espacées pour un suivi régulier à vie de votre prothèse.

Prise de rendez-vous en ligne sur *Doctolib*.



## COMPLICATIONS

*Selon la fiche d'information préopératoire de l'Association de Prévention du Risque Opératoire ([www.assproscientifique.fr](http://www.assproscientifique.fr))*

### **Les plus fréquentes**

La phlébite peut survenir en dépit du traitement anticoagulant. Il s'agit d'un caillot qui se forme dans les veines des jambes, celui-ci pouvant migrer et entraîner une embolie pulmonaire.

Comme toute chirurgie, il existe un risque d'hématome qui se résorbe en règle générale tout seul. Il peut exceptionnellement nécessiter une ponction évacuatrice ou un drainage chirurgical.

La cicatrisation des tissus dans le genou peut créer des adhérences qui vont limiter la flexion et entraîner une certaine raideur. Si cela se produit dans les semaines qui suivent l'opération, une mobilisation du genou sous anesthésie pour libérer les adhérences peut être proposée.

### **Plus rarement**

L'algodystrophie est un phénomène douloureux et inflammatoire encore mal compris. Elle est traitée médicalement et peut durer plusieurs mois (voire parfois des années), entraînant une prise en charge spécifique avec rééducation adaptée, bilans complémentaires et parfois, une prise en charge spécifique de la douleur. Elle est imprévisible dans sa survenue comme dans son évolution et ses séquelles potentielles.

L'infection est une complication rare mais grave. Elle peut survenir même très longtemps après la chirurgie et peut provenir d'une infection à distance du genou, comme une infection dentaire ou urinaire. Une infection sur la prothèse peut conduire à une nouvelle chirurgie. Il faudra donc surveiller attentivement, traiter les infections toute votre vie et prendre soin de votre peau en évitant toute plaie qui constituerait une porte d'entrée pour les bactéries. Il vous est fortement déconseillé de fumer pendant la période de cicatrisation, le tabagisme augmentant de manière significative le taux d'infection.

**La liste n'est pas exhaustive et une complication particulièrement exceptionnelle peut survenir, liée à l'état local ou à une variabilité technique. Toutes les complications ne peuvent être précisées, ce que vous avez compris et accepté.**

## **EN CAS DE PROBLÈME ?**

Si le moindre problème survient à partir de votre retour à domicile, il faut impérativement joindre, en priorité, l'équipe du Dr ORFEUVRE (ou le chirurgien orthopédiste de garde ou l'anesthésiste de garde de la Clinique Générale 7 jours sur 7, 24h sur 24) au :

- **04 50 33 09 50** ou par mail à **coaa74@gmail.com**  
le secrétariat de Chirurgie Orthopédique (*du lundi au vendredi de 8h30 à 19h00*)

- **04 50 33 13 26** (ou 0826 888 888)

le service de Chirurgie Orthopédique de la Clinique Générale (*7 jours sur 7, 24h sur 24*)

- **04 56 41 22 26**

le service des Urgences de la Clinique Générale (*7 jours sur 7, 24h sur 24*)  
qui peut également vous accueillir en permanence si besoin

Bien entendu votre médecin traitant reste un interlocuteur privilégié que vous pouvez joindre. Il vous connaît bien et a été averti de votre intervention par courrier.

Enfin, pour des raisons de délais et de proximité, il peut être utile de joindre un médecin de garde, SOS médecin ou de **composer le 15 (urgence médicale - appel gratuit d'un téléphone fixe ou mobile)**, ou de vous rendre dans un établissement de soins proche de votre domicile.

# SOS GENOU

LIGAMENTS - MÉNISQUES - FRACTURES

7/7 JOURS

PRISE EN CHARGE  
SPÉCIALISÉE  
MULTIDISCIPLINAIRE  
SUR UN MÊME SITE

CLINIQUE GÉNÉRALE D'ANNECY

## CHIRURGIENS

Dr B. BARBE • Dr T. DE POLIGNAC  
Dr C. FORNASIERI • Dr B. ORFEUVRE

Tél. +33(0)4 50 33 09 50 • coaa74@gmail.com

URGENTISTES

24/24H

Tél. +33(0)4 56 41 22 26



RADIOLOGUES

RADIO - SCANNER  
IRM - ÉCHO

Tél. +33(0)4 50 45 00 72



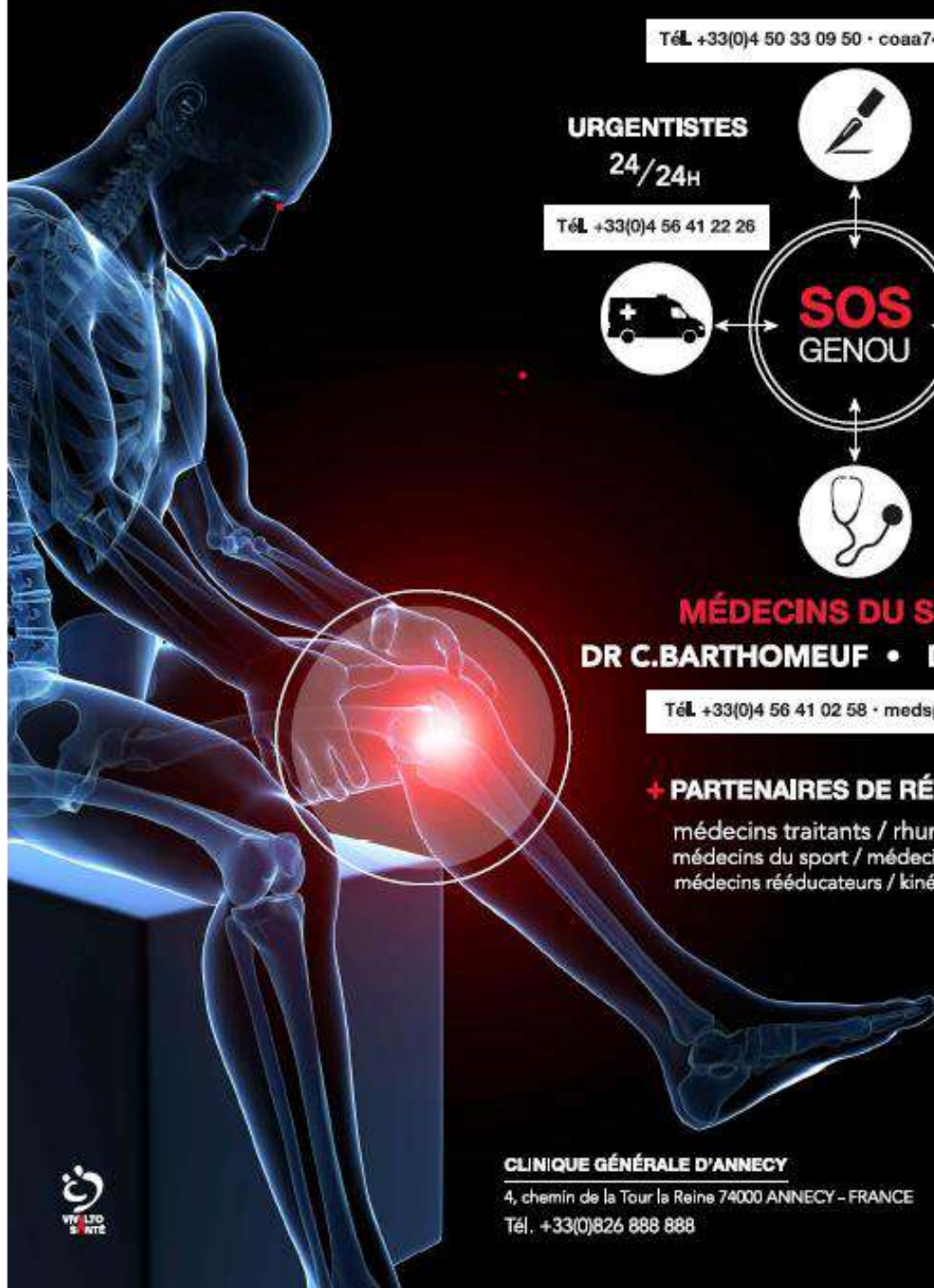
## MÉDECINS DU SPORT

DR C. BARTHOMEUF • DR Y. PELTIER

Tél. +33(0)4 56 41 02 58 • medsport@coaa.fr

### + PARTENAIRES DE RÉFÉRENCE

médecins traitants / rhumatologues  
médecins du sport / médecins de station  
médecins rééducateurs / kinésithérapeutes



CLINIQUE GÉNÉRALE D'ANNECY

4, chemin de la Tour la Reine 74000 ANNECY - FRANCE

Tél. +33(0)826 888 888



0450330950 www.coaa.fr

**NOTES PERSONNELLES**

**Dr Benoît ORFEUVRE**

**Clinique Générale Annecy**

 **VIVALTO SANTÉ**