



La hernie discale

L'opération en région lombaire

Comment se déroule-t-elle ?

Votre médecin et votre chirurgien vous ont conseillé de vous faire opérer de votre hernie. Afin de vous préparer au mieux à votre opération, nous allons vous informer sur ce qui se passe avant, pendant et après cette intervention.

Avant votre opération...

Vous souffrez d'une hernie discale lombaire...

... vous n'aurez habituellement pas besoin d'un soutien.



Le jour de l'opération...

L'opération

Durant l'intervention, vous êtes tout-à-fait endormi(e), vous ne ressentez rien. L'opération dure environ 1 à 2 heures. Mais, il faut ajouter à ces 2 heures le temps de préparation à l'opération et le temps de votre séjour en salle de réveil.



Vous êtes opéré(e) d'une hernie discale lombaire...

Durant l'intervention, vous êtes installé sur le ventre, les genoux un peu fléchis pour ouvrir les espaces entre les vertèbres et faciliter les gestes du chirurgien. Celui-ci incise la peau d'environ 4 à 5 cm. Après avoir atteint le disque abîmé, il enlève la hernie. Le chirurgien vous mettra peut-être un drain (petit tuyau) au niveau de l'endroit où il a coupé pour laisser s'écouler le sang qui pourrait s'accumuler. Pour recoudre la peau, il utilise soit du fil résorbable (qui s'enlève tout seul), soit du fil non résorbable.



La salle de réveil...

Après l'intervention, vous êtes conduit(e) en salle de réveil où vous êtes surveillé(e) de manière constante durant quelque temps.

La salle de réveil

Après l'intervention, vous êtes conduit(e) en salle de réveil où vous êtes surveillé(e) de manière constante durant quelque temps.

Le retour dans votre chambre

Lorsque vous êtes suffisamment réveillé(e), un(e) infirmier(e) vous ramène dans votre chambre et passe régulièrement auprès de vous pour continuer la surveillance.

Vous êtes couché(e) à plat sur le dos.

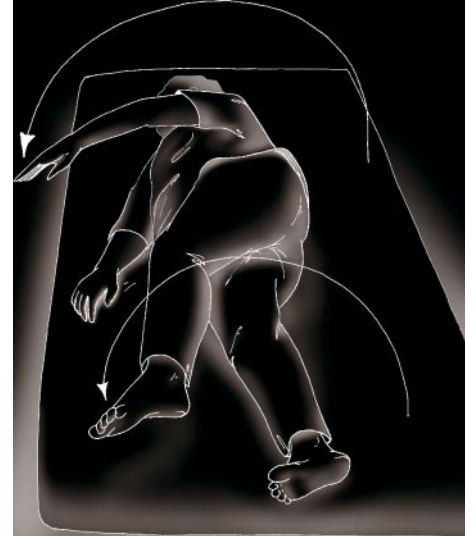
Le dossier du lit peut, dans certains cas, être légèrement relevé (environ 30°).

Vous pouvez également vous tourner sur le côté en bloc.

L'infirmière vérifie si vous avez uriné durant les heures qui suivent votre retour de la salle d'opération.

Si vous éprouvez trop de difficultés à uriner couché, n'hésitez pas à faire appel à un(e) infirmier(e).

En général, vous pouvez boire 6 heures après l'opération.



Votre douleur

Juste après votre opération, votre douleur est prise en charge par l'anesthésiste qui prévoit d'office des anti-douleurs.

Si vous avez encore mal, n'hésitez pas à le signaler à un(e) infirmier(e) ou un médecin.

Vous recevrez alors les médicaments adaptés à l'importance de votre douleur.

En soulageant votre douleur, vous améliorez votre confort et vous favorisez votre guérison.

TOUT AU LONG DE VOTRE HOSPITALISATION, N'hésitez pas à prévenir lorsque vous avez mal !

VOTRE SEJOUR POSTOPERATOIRE...

Le lendemain de l'opération

Un(e) infirmier(e) vous aide à réaliser votre toilette.

Vous pouvez déjà vous alimenter.

Après l'autorisation du chirurgien, vous vous levez pour la première fois avec l'aide d'un kinésithérapeute ou d'un autre membre de l'équipe de soins. Pour les levés suivants, n'hésitez pas à faire appel au personnel soignant tant que vous n'êtes pas sûr(e) de vous.

Le chirurgien vous indiquera si vous pouvez ou non vous asseoir.

Ce jour ou le lendemain, un(e) infirmier(e) vous enlève le(s) drain(s). On vous accompagne pour différents examens de contrôle: radio, prise de sang,...

Les autres jours

Par la suite, vous êtes de plus en plus autonome pour vous lever, vous déplacer et vous laver. Les infirmières vous aident en cas de difficultés.

Vous pouvez prendre une douche si vous le désirez : parlez-en auparavant au personnel soignant qui vous aidera et placera un pansement imperméable sur la plaie.

Le chirurgien vous indiquera si vous pouvez ou non vous asseoir.

Si vous avez des fils non résorbables ou des agrafes, ceux-ci seront enlevés 10 à 15 jours après l'intervention.

Des conseils importants...

Vous avez été opéré(e) d'une hernie discale lombaire...

...nous vous conseillons de respecter une règle d'or :

Maintenir le dos raide !

Cette règle s'impose dans toutes les positions et à tous moments :

- se tourner sur le côté
- se lever
- se coucher
- marcher
- ...



A la fin de votre hospitalisation, le chirurgien prévoit un rendez-vous à sa consultation et vous remet une lettre pour votre médecin traitant.

Le service social peut vous aider si vous avez besoin d'être secondé à domicile ou si vous souhaitez séjourner dans une maison de convalescence.

Parlez-en dès votre admission.

Vous avez été opéré(e) d'une hernie discale lombaire...

...faites-vous reconduire en voiture.

Et veillez à incliner votre siège de voiture au maximum vers l'arrière afin d'éviter les chocs en position assise.

Par la suite...

...les premiers temps après l'intervention, évitez d'utiliser la voiture comme conducteur ou passager, cela afin d'éviter les secousses dans le dos.



Et après...

Ensuite, pour préserver votre dos, nous vous conseillons d'adopter les positions et les gestes adéquats dans les activités quotidiennes (voir brochure annexée).

De même, certains exercices pratiqués régulièrement peuvent aider un dos affaibli ou blessé à retrouver sa force et sa souplesse.

**Si vous avez des questions,
n'hésitez pas à les poser
aux personnes qui vous soignent**

Document issu d'une collaboration du Centre d'Education du Patient A.S.B.L. et du C.H.R. Namur, du Centre Hospitalier Notre-Dame & Reine Fabiola à Charleroi, de la Clinique Notre-Dame des Bruyères à Chenée, de l'Intercommunale hospitalière Famenne Ardenne Condroz, membres du Comité Interinstitutionnel d'Education pour la Santé du Patient (C.I.E.S.P.)

Une initiative du



En collaboration
avec



Avec le
soutien de

