

Chirurgie Cardiovasculaire & Thoracique

· → INFORMATION AUX PATIENTS

**La Réhabilitation
Améliorée après
Chirurgie (RAAC),
c'est quoi ?**

ÉDITO

*Madame,
Monsieurs,*

La Réhabilitation Améliorée Après Chirurgie est un ensemble de mesures mises en place avant, pendant et après votre intervention chirurgicale.

Son objectif est d'améliorer la qualité de votre prise en charge, de réduire les risques de complications, de diminuer la durée de votre séjour hospitalier et de vous permettre de retrouver votre autonomie et vos activités quotidiennes le plus rapidement possible.

Il s'agit d'une démarche globale et multidisciplinaire qui associe chirurgiens, anesthésistes, infirmiers, kinésithérapeutes, tabacologues, diététiciens, et autres professionnels de santé.

Votre implication est essentielle tout au long de ce parcours, avant, pendant et après votre chirurgie.

Avant votre hospitalisation

1.

- Consultations avec le chirurgien, l'infirmière, l'anesthésiste, le kiné, le diététicien, le tabacologue, l'assistant social et le psychologue
- Réaliser votre prise de sang
- Respecter les consignes données (hygiène, diététique, tabac, préparation physique)

Chez vous : préparation à l'intervention

- Arrêter le tabac et l'alcool
- Avoir une bonne hygiène bucco dentaire et corporelle
- Réaliser vos exercices respiratoires et de mobilisation
- Respecter les consignes concernant vos médicaments
- Respecter le jeûne

Chez vous : Préparation de votre séjour

3.

- Prenez connaissance du courrier avec la date / heure de votre admission ainsi que des consignes qui vous ont été données
- Emporter vos médicaments et appareils respiratoires
- Ne prenez pas d'objet de valeur

Pendant votre hospitalisation

- Vous serez accueilli(e) en Chirurgie Cardiovasculaire
- Vous serez transféré(e) au bloc opératoire et ensuite au Soins Intensifs pour une surveillance
- Vous débuterez la kiné respiratoire et des exercices de mobilisation

À votre sortie

5.

- Nous vous donnerons votre lettre de sortie et les prescriptions
- Vous serez invité(e) à prendre contact avec le cardiologue et le chirurgien cardiaque
- Vous serez pris(e) en charge par une équipe pluridisciplinaire (médecin traitant, kiné, infirmière, assistant social)

Chez vous

- Vous poursuivrez les exercices avec le kiné
- Adapter votre alimentation
- Reprenez progressivement vos activités et conservez une vie saine

Le patient: acteur et au centre du travail d'équipe !

Avant votre hospitalisation

Consultations préopératoires pluridisciplinaires

Consultation avec le chirurgien ✓

- Prescription d'une prise de sang à réaliser dès votre sortie de la consultation (dépistage, notamment du diabète)

Consultation avec l'infirmière en préhospitalisation ✓

- Bilan de votre état général
- Conseils pour consultations spécifiques (diététicien, tabacologue, assistant social)

Consultation avec l'anesthésiste ✓

- Revue de votre prise de sang
- Remise d'un document indiquant les médicaments à arrêter, modifier ou commencer
- Explications concernant les heures de jeûne à respecter
- Prescription d'un gel nasal et bain de bouche à commencer 48h avant l'intervention et à poursuivre 5 à 7 jours

Consultation avec le kinésithérapeute ✓

Explications des exercices à réaliser :

- à domicile, pour préparer l'intervention
- pendant votre hospitalisation
- dès votre sortie à domicile

Consultations avec le diététicien, tabacologue, assistant social, psychologue ✓

- Sur demande ou selon vos besoins identifiés

Chez vous :

Préparation à l'intervention

- **Soignez votre hygiène bucco-dentaire :** cela réduit les risques infectieux postopératoires
- **Arrêtez de fumer (même quelques jours) :** cela diminue considérablement les risques d'infection et de complications pulmonaires. Nos tabacologues sont à votre disposition via les rendez-vous généraux. Prise de rendez-vous : **04 323 23 23**
- **Limitez ou arrêtez l'alcool :** il ralentit la cicatrisation et favorise les infections
- **Respectez les consignes concernant vos médicaments données par l'anesthésiste**
- **Effectuez les exercices respiratoires et de mobilisation selon les recommandations du kinésithérapeute**
- **Adoptez une alimentation saine et équilibrée :** l'équipe Diététique peut vous accompagner. Celle-ci est disponible en prenant rendez-vous au **04 323 23 23**
- **Maintenez une hygiène corporelle irréprochable** pour réduire les risques d'infection (voir le document correspondant)
- **Gardez un esprit serein :** reposez-vous, détendez-vous, et n'hésitez pas à parler de vos inquiétudes à votre médecin traitant ou à un psychologue
- **Retrouvez plusieurs documents d'information dans le Centre de Documentation sur le site web du CHU de Liège :** n'hésitez pas à les consulter

Chez vous :

Préparation de votre séjour à l'hôpital

- Un courrier vous précisera la date et l'heure de votre admission
- Pour toute question, vous pouvez contacter le service au : **04 323 71 82** ou **83**
- N'emportez pas d'objets de valeur (bijoux, argent,...). Si besoin, confiez-les à un proche ou à l'infirmière
- Respectez les consignes relatives à la douche et au jeûne avant l'intervention
- Prenez vos médicaments habituels sauf ceux à arrêter selon les recommandations médicales
- Si vous en possédez un, prenez votre appareil de respiration (CPAP)
- Prenez des vêtements confortables

Pendant votre hospitalisation

1. Admission

- Arrivez à l'unité de chirurgie cardiaque (**site du Sart Tilman, +1A, route 410**) à **16h** la veille de l'intervention ou le jour même
- Vous serez accueilli(e) par l'équipe infirmière qui vous installera dans votre chambre
- Une prise de sang pourra être réalisée si nécessaire
- L'infirmière procédera à la tonte des zones nécessaires (thorax, jambes, plis inguinaux) et vérifiera que vous avez pris votre douche
- Retirez vos prothèses dentaires, bijoux et alliances
- Remettez vos effets personnels (lunettes, papiers d'identité...) à l'infirmière ou à un proche
- Prenez une douche avec votre savon le soir avant l'intervention

2. Avant le départ au bloc opératoire

- Prenez une dernière douche
- Une prémédication vous sera donnée pour diminuer votre anxiété
- Le brancardier viendra vous chercher dans votre chambre

3. Au bloc opératoire

- Vous serez accueilli(e) par un brancardier interne au bloc qui vérifiera votre identité et vous installera sur une table d'opération
- Vous serez ensuite conduit(e) vers la salle d'opération et accueilli par une infirmière qui vérifiera également votre identité
- Vous serez installé(e) et endormi(e) pour l'intervention

4. Séjour aux Soins intensifs

- Transfert en soins intensifs pendant au moins **24** heures après l'opération
 - Assistance respiratoire via un tube relié à une machine
 - Kinésithérapie respiratoire dès le retrait du tube

5. Retour en unité de soins

- Poursuite des exercices respiratoires et de mobilisation avec le kinésithérapeute
- Si vous avez été opéré(e) par une petite incision thoracique (mini-thoracotomie): vous pouvez utiliser vos bras pour les gestes de la vie courante en fonction de vos douleurs
- Si vous avez été opéré(e) par une cicatrice au milieu de votre sternum (sternotomie): ne vous appuyez pas sur vos bras pour préserver la cicatrisation et veillez à utiliser votre poupée comme expliqué par le personnel soignant
- Privilégiez des tenues confortables et faciles (boutons pression,...)
- Utilisez votre appareil respiratoire **3** à **4** fois par heure
- N'hésitez pas à demander une consultation diététique en cas de perte d'appétit
- Rencontre avec notre assistante sociale pour préparer votre retour à domicile ou en convalescence

À votre sortie

- Une lettre de sortie vous sera remise, incluant :
 - Votre traitement
 - La gestion de la douleur
 - Les contacts utiles
 - Vos rendez-vous postopératoires
- Prescriptions pour kinésithérapie, soins infirmiers, suivi avec le médecin traitant
- Dans la semaine après votre retour, pour assurer la continuité des soins, pensez à prendre rendez-vous avec votre médecin traitant qui reste votre médecin de référence

Chez vous

- Noter vos éventuelles questions ou interrogations afin d'en parler aux spécialistes lors de vos futures consultations
- Prévoir **15 jours** d'accompagnement à domicile (nuits comprises)
- La conduite est interdite jusqu'à l'avis médical (généralement **4 à 6 semaines**)
- Intégrer les recommandations alimentaires dans votre quotidien et éviter le tabac, l'alcool
- Rendez-vous pour le contrôle de la cicatrice (consultation plaie ou médecin traitant) pour l'enlèvement des fils
- Rendez-vous avec votre cardiologue à **4 semaines** et avec votre chirurgien à **6 semaines**
- Pour évaluer vos besoins et difficultés lors de votre retour à domicile, il est possible de consulter une infirmière en éducation thérapeutique pour un suivi personnalisé ou si vous avez des questions en suspens
- Après **6 semaines**, possibilité de rééducation et stabilisation dans un des centres de revalidation après avoir vu votre cardiologue et votre chirurgien
- Votre médecin traitant est informé de votre hospitalisation et reste votre interlocuteur privilégié
- En cas de besoin, contactez le service de Chirurgie Cardiovasculaire (**04 323 71 82** ou **83**) en heures ouvrables ou les Urgences du CHU (**04 323 23 11**) en dehors des heures ouvrables



Toute l'équipe (chirurgiens, anesthésistes, infirmiers, kinésithérapeutes, diététiciens, tabacologues...) est mobilisée pour vous accompagner et assurer la réussite de votre réhabilitation améliorée.

A series of 25 horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing or drawing.



ÉDITEUR RESPONSABLE : CHU DE LIÈGE – AVENUE
DE L'HÔPITAL 1 – B-4000 LIÈGE – MARS 2026