



SERVICE DE CHIRURGIE LE FAST-TRACK

PROGRAMME DE RÉHABILITATION RAPIDE POST-OPÉRATOIRE

Brochure d'information destinée au patient

«N'ALLEZ PAS OÙ LE
CHEMIN PEUT MENER,
ALLEZ LÀ OU IL N'Y A PAS
DE CHEMIN ET LAISSEZ
UNE TRACE.»



Chère Madame, Cher Monsieur,

Si vous êtes en train de lire cette brochure c'est que vous avez été admis dans le programme FAST-TRACK.

Merci de choisir le CHR de la Haute Senne pour votre intervention chirurgicale. Dans notre service nous souhaitons privilégier un esprit d'accueil et de proximité.

Vous serez étroitement suivi tout au long de votre séjour depuis l'admission et après votre séjour par une équipe pluridisciplinaire :

- une équipe médicale et principalement votre chirurgien,
- une équipe d'infirmières,
- une équipe de kinésithérapeutes,
- une psychologue à votre écoute,
- une assistante sociale, à votre disposition, avant même votre hospitalisation pour préparer déjà votre retour de façon efficace,
- une équipe de diététiciennes pour le suivi de votre alimentation à la maison.

Lors de votre retour à domicile, votre surveillance sera facilitée par une application mobile (care4today©), installée sur votre smartphone par l'infirmière référente. En cas de nécessité, un appel téléphonique vous permet d'entrer rapidement en contact avec notre équipe soignante.

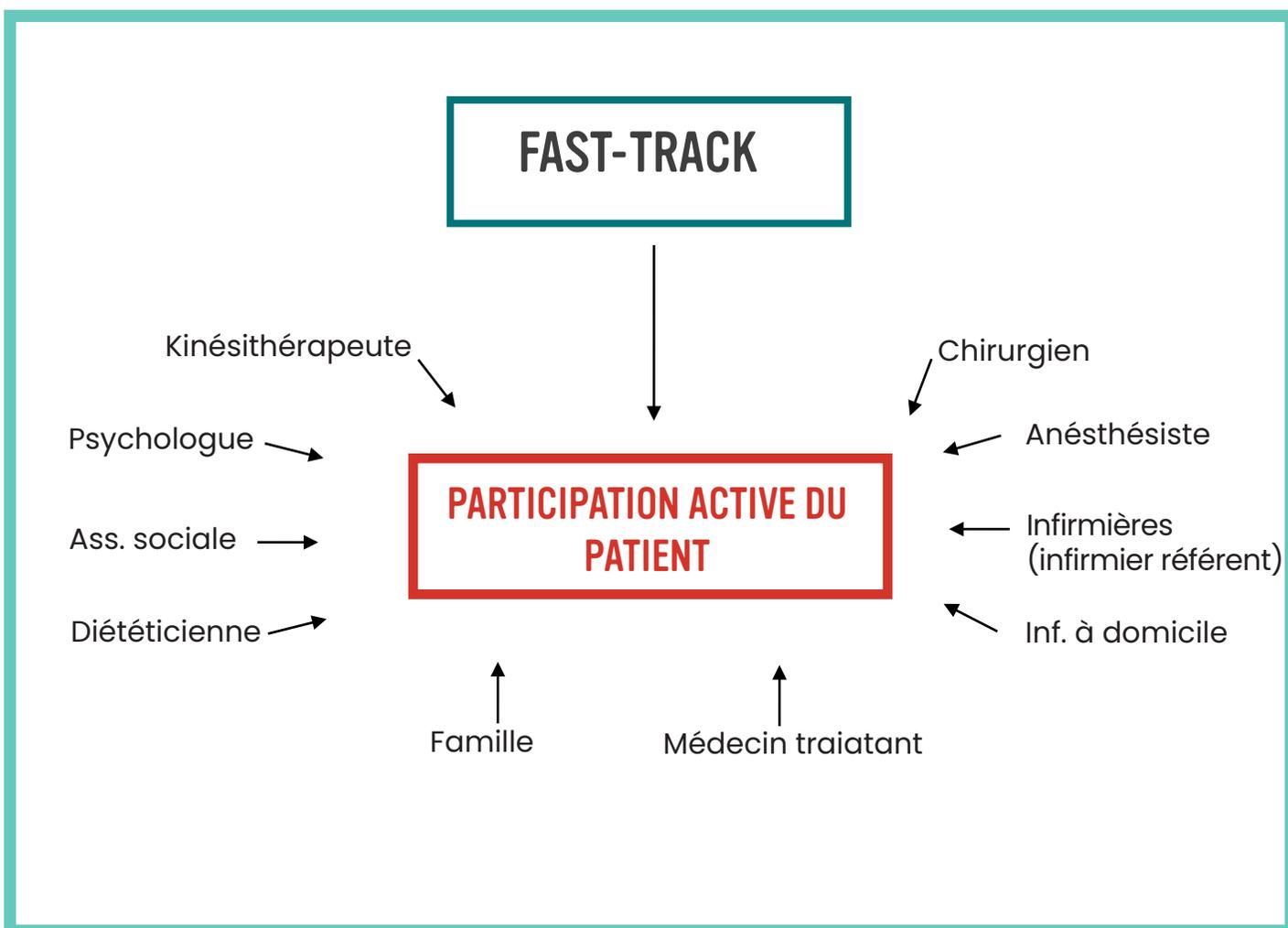
Cette brochure vous est destinée ainsi qu'à votre famille, votre médecin traitant et votre infirmière à domicile.

Nous vous invitons à la lire et à la conserver précieusement. Elle vous préparera efficacement et sereinement à votre intervention.

LE FAST-TRACK: PRINCIPE

Le FAST-TRACK repose sur un grand principe : améliorer votre confort et réduire la durée de votre hospitalisation. Ce résultat est obtenu par une collaboration de toutes les équipes par la standardisation de quelques mesures axées sur 5 piliers.

1. L'information préopératoire
2. La diminution du stress chirurgical
3. La gestion efficace de la douleur
4. la mobilisation précoce
5. La réalimentation immédiate.



«N'ALLEZ PAS OÙ LE
CHEMIN PEUT MENER,
ALLEZ LÀ OU IL N'Y A PAS
DE CHEMIN ET LAISSEZ
UNE TRACE.»



LE FAST-TRACK: MODE D'EMPLOI PRATIQUE

LA CONSULTATION

Votre chirurgien vous propose le programme FAST-TRACK. Votre intervention est programmée. Vous rencontrez ensuite l'infirmière relais FAST-TRACK. Elle vous expliquera le but et les objectifs de cette brochure et répondra à toutes vos questions. Elle vous donnera l'information nécessaire à votre préparation.

Cette prise en charge vise une réhabilitation post-opératoire rapide et sera d'autant plus efficace si tous les intervenants participent activement à cette démarche.

Votre collaboration, notamment lors de la période préopératoire est donc précieuse.

VOUS ÊTES CONTACTÉ PAR LE SECRÉTARIAT DE CHIRURGIE

(Tél. : 067/348.791 ou 414)

On vous donnera vos rendez-vous préopératoires.

Jour opératoire: .../.../20...

Date: .../.../20...			
J-10	10 jours avant l'intervention	J-7	7 jours avant l'intervention (sur avis médical)
<p>Oral impact®</p> <p>3 sachets par jour pendant 7 jours. A prendre à la pharmacie de l'hôpital (sur prescription du chirurgien).</p> <p>Permet une diminution du taux d'infections après l'intervention</p>		<p>STOP :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Glucophage/Diamicron • Aspirine • Sintrom • Corticoïdes <p><u>Alimentation</u> : sans déchets (pas de crudités/fruits crus/légumes crus) <u>Pain</u> : grillé <u>Boisson</u> : eau plate, thé ou café</p>	
Date: .../.../20...			
J-3	3 jours avant l'intervention		
<p><u>Réveil</u> : 1 Picoprep dans 150 ml d'eau + 1 L d'eau</p> <p><u>A 17 h</u> : 1 Picoprep dans 150 ml d'eau + 1 L d'eau</p>			
Date: .../.../20...			
J-2	2 jours avant l'intervention	J-1	Admission (veille de l'intervention) Heure: 10h
<p><u>Réveil</u> : 1 Picoprep dans 150 ml d'eau + boire 1 L d'eau plate</p> <p><u>Alimentation</u> : liquide</p> <ul style="list-style-type: none"> • Matin 2 Fortimel Energy • Midi 2 Fortimel Energy • Soir 2 Fortimel Energy <p>si vous êtes <u>diabétiques</u>: Diasip 6x par jour</p> <p><u>À 17h</u> : 1 Picoprep dans 150 ml d'eau + 1L d'eau plate</p> <p><u>Selles</u> : plus claires</p> <p>Restez au chaud</p>		<p>- Passez à l'accueil pour vous inscrire (carte identité + documents d'assurance éventuellement)</p> <p>- Accueil en Chirurgie</p> <p>- On termine votre préparation colique à l'hôpital (Plenvu®)</p> <p>- Préparation à l'intervention (kiné, bas TED,..)</p> <p>- Alimentation :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Matin 2 Fortimel Energy • Mid i 2 Fortimel Energy • Soir 4 preOp + 2 Fortimel Energy 	

«N'ALLEZ PAS OÙ LE CHEMIN PEUT MENER, ALLEZ LÀ OU IL N'Y A PAS DE CHEMIN ET LAISSEZ UNE TRACE»



Alimentation sans résidus

Une mise au repos (+- temporaire) de votre transit intestinal s'impose ; pour ce faire votre alimentation doit être adoptée durant la période péri-opératoire.

- Le régime pauvre en déchets entraîne la suppression des fibres alimentaires et des parties cartilagineuses des viandes.
- Abstenez-vous de repas copieux (des collations seront peut-être nécessaires).
- Mangez lentement en mastiquant bien.
- Ayez des repas à des heures régulières.
- Il est indispensable de boire 1,5 à 2l par jour. Sachez choisir vos boissons : l'eau, les infusions, le thé, le café léger, les tisanes, les bouillons de légumes filtrés. Méfiez-vous des boissons gazeuses et du lait.
- La préparation des aliments peut influencer leur digestibilité ; évitez les fritures, les préparations en sauce.
- L'excès d'épices est irritant pour les intestins, donnez la préférence aux aromates (thym, laurier, menthe, romarin, basilic, vanille, ...).
- Supprimez les irritants tels que l'alcool, le tabac, le café fort, le chocolat.

Aliments permis	Aliments défendus
Viandes	
Viandes tendres, maigres, grillées, rôties, bouillies telles que : bœuf, veau, cheval, poulain, porc maigre. Foie, cervelle, langue. Lapin, poulet : poché, rôti (sans peau) Jambon cuit dégraissé, bacon cuit, pain de viande maigre	Viandes dures, fibreuses, marinées, faisandées, en sauce. Viandes grasses telles que : porc gras, mouton, tripes. Viandes en conserves. Gibier. Charcuteries (saucissons, salamis, pâtés, salade de viande, ...)
Poissons	
Poissons maigres, pochés, grillés ou rôtis tels que aiglefin, plie, cabillaud, dorade, sole, limande, raie, truite, brochet, turbot, lotte, morue, carpe, flétan, ...	Poissons gras : hareng, maquereau, anguille, sardines. Poissons frits, marinés, séchés, poissons en conserves à l'huile. Crustacés, mollusques.

oeufs	
Frais Pochés, brouillés, à la coque, durs, en omelette (cuits sans matière grasse).	Les œufs frits, en omelette (avec matière grasse), sur le plat.
Produits laitiers	
Lait écrémé ou ½ écrémé, lait battu. Yaourt nature, yaourt aromatisé aux fruits. Fromage blanc nature Fromages à trancher : Edam, Gouda, Emmenthal, Gruyère, Pyrénées, ... et autres fromages jeunes. Fromages à tartiner non aromatisés. Lait de soja.	Lait entier. Lait condensé, condensé sucré. Yaourt et fromage blanc aux fruits. Crème fraîche. Tous les fromages vieux, mi-vieux, fermentés : Brie, Camembert, ... Persillés : Roquefort, Bleu danois, ... Fromage à tartiner aux noix, au jambon. Crèmes glacées
Pain et céréales	
Pain blanc rassis, pain grillés, biscottes, sandwiches, pistolets, craquelin. Pâtes, riz, semoules, tapioca, maïzena, farine raffinée, flocons de riz. Biscuits secs : Madeira, boudoirs Pâte de Savoie	Céréales complètes et dérivés. Pains gris, complet, pain aux raisins. Pain d'épices, pâtisseries, gâteaux aux fruits.
Matières grasses	
Beurres, margarines, huiles non cuites, beurres allégés, beurres demi-écrémés, minarines	Matières grasses cuites, saindoux, lard. Toutes les sauces : tartare, mayonnaise, béarnaise, ...
Legumes - Fruits	
Aucun	Légumes cuits et crus Légumes secs Jus de légumes, potages Fruits crus ou cuits, compotes Fruits secs, oléagineux : noix, noisettes, arachides, ...
Pommes de terre	
Nature, vapeur, en purée	Frites, rissolées, croquettes, chips, grainées. Non épluchées
Sucrierie et dessert	
Sucre blanc, impalpable, gelée de fruits, sirop, miel.	Sucre brun, cassonade, mélasse, confiture, chocolat, pralines, pâtisseries, gaufres.
Boissons	
Café et thé légers Eux plates Sirops de fruits (grenadine, ...) Bouillon de légumes passé	Sucre brun, cassonade, mélasse, confiture, chocolat, pralines, pâtisseries, gaufres.
Divers	
Epices : sel, thym, laurier, plantes aromatiques	Excès d'épices : poivre, piments, curry, paprika, pili-pili Ketchup, sauce anglaise, moutarde, vinaigre Echalotes, ail

«N'ALLEZ PAS OÙ LE CHEMIN PEUT MENER, ALLEZ LÀ OU IL N'Y A PAS DE CHEMIN ET LAISSEZ UNE TRACE.»



PRÉPARER VOTRE RETOUR À LA MAISON

Dès votre consultation et après être passé au secrétariat médical, pensez à préparer votre retour à la maison : rencontrez l'assistante sociale (067/348.784). Elle pourra vous aider à organiser votre convalescence à domicile.

LA PSYCHOLOGUE

Si vous souhaitez déjà rencontrer la psychologue (on vous le conseille) : 067/348.971.

VOTRE MÉDECIN TRAITANT

Il sera informé de votre admission au programme FAST-TRACK. Lors de votre retour au domicile, il participe à votre suivi post-opératoire.

RENCONTRE AVEC L'ANESTHÉSISTE

Lors de cette consultation, pensez à lui remettre les différents questionnaires remplis ainsi que la fiche complétée de vos médicaments habituels. L'anesthésiste sera le gestionnaire de votre douleur. Posez-lui toutes les questions que vous souhaitez.

L'ADMISSION

A 8h la veille de l'intervention.

- Vous êtes accueilli par le responsable du service dans une chambre confortable
- Votre dossier infirmier est complété par un de nos collaborateurs
- Nous vérifions si la préparation a été efficace : Plenvu® si nécessaire
- Le service dispose d'une réserve d'eau
- Vous aurez besoin :
 - Du nécessaire de toilette
 - Essuies/savon
 - Médicaments (si génériques)
 - Pyjama/robe de nuit/robe de chambre

- Pantoufles
- Vous pouvez amener votre GSM/PC/livres...
- Evitez les objets de valeur et l'argent liquide

- Alimentation : liquide (boissons caloriques/vitaminées)
- Vous verrez la psychologue, l'assistance sociale et les kinésithérapeutes
- On mesurera les bas de contention (prévention des phlébites)
- Dans l'après-midi :
 - Rasage
 - Lavement
 - Douche avec produit désinfectant
 - Mise des bas de contention
 - On vous demandera de vous hydrater de 17 à 22h : 1 verre/30 min
 - Injection en sous-cutané de Clexane selon la prescription médicale
- Pour vous relaxer et passer une bonne nuit, un léger somnifère pourra vous être donné sur prescription médicale.

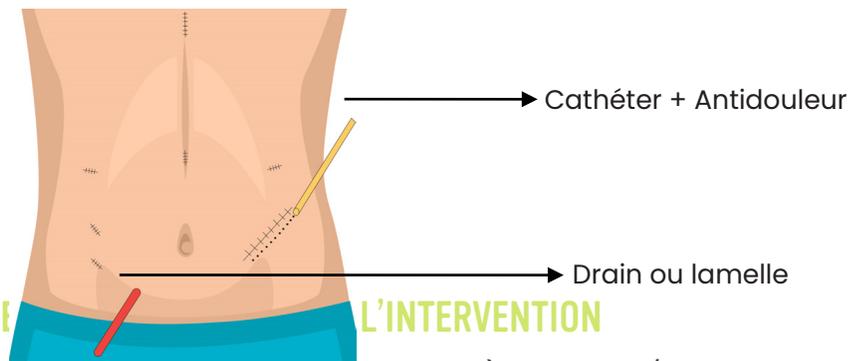


«N'ALLEZ PAS OÙ LE CHEMIN PEUT MENER, ALLEZ LÀ OU IL N'Y A PAS DE CHEMIN ET LAISSEZ UNE TRACE.»



LE JOUR DE L'INTERVENTION - DOUCHE

- a) Une prémédication (prescrite par l'anesthésiste) est administrée.
- On vous met : une blouse, vos bas et une coiffe.
- On vous conduit en salle d'opération où vous serez reçu par l'anesthésiste. Votre chirurgien viendra également vous saluer.
- Après l'intervention, vous passez ± 2h en salle de réveil.
- b) Dans votre chambre, après l'opération : la douleur post-opératoire est contrôlée au moyen d'un cathéter de paroi, d'anti-inflammatoires et de paracétamol (Dafalgan). Les morphiniques seront évités dans la mesure du possible.



LE JOUR DE L'INTERVENTION

- Alimentation : légère (biscottes) + 2 préop/repas
Vous pourrez boire de l'eau
- Premiers lever ou fauteuil le soir
- Mobilisation : marche avec les kinésithérapeutes
- Passage de la diététicienne
- L'assistante sociale complète le programme de sortie
- Le psychologue vous rencontre
- Votre chirurgien vous rencontre
- Les soins sont prodigués par l'équipe infirmière
- On enlève la sonde vésicale : vous pourrez uriner naturellement

LE DEUXIÈME JOUR

- On enlève votre cathéter : les antidouleurs sont donnés par la bouche.
- Marche.
- Alimentation : viandes (poissons) + légumes cuits.
- On enlève vos drains/vos pansements sont refaits.

LE TROISIÈME JOUR

- Installation de l'application care4today© sur votre smartphone (si disponible).
- On enlève votre perfusion.
- Marche.

SORTIE: QUATRIÈME JOUR

- Votre médecin traitant prend le relais de votre surveillance.
- Une infirmière passera chez vous pour les soins.

3 JOURS APRÈS VOTRE SORTIE

Vous consultez votre médecin traitant.

UNE SEMAINE APRÈS VOTRE SORTIE

vous venez en consultation chez votre chirurgien, ainsi qu'après 1 mois. Ces rendez-vous vous sont donnés le jour de votre sortie.

Nous sommes là pour vous, votre famille, votre médecin traitant et infirmière, 24h/24, durant toute l'année. Notre numéro d'appel direct : 067/348.360.

MERCI.

MERCI.

«N'ALLEZ PAS OÙ LE
CHEMIN PEUT MENER,
ALLEZ LÀ OU IL N'Y A PAS
DE CHEMIN ET LAISSEZ
UNE TRACE.»



ACCÈS ET CONTACT

CHR Haute Senne – Le Tilleriau

Chaussée de Braine 49, 7060 Soignies

Téléphone général: 067/348 411
Fax général: 067/348 787
E-mail: info@chrhautesenne.be
Site internet: www.chrhautesenne.be

Service chirurgie

Téléphone: 067/348 360
Visites: Chambre commune: 15h à 19h
Chambre particulière: 12h à 20h
Infirmière soins de plaie: 067/348 974



Centre Hospitalier Régional

de la Haute Senne

Chaussée de Braine 49
7060 Soignies
Tél.: 067.348.411
info@chrhautesenne.be

www.chrhautesenne.be



Editeur responsable: Thérèse Troiti - CHR Haute Senne
Chau. de Braine 49 - 7060 Soignies
@ photos : CHR Haute Senne, iStockPhoto
CHR-BRO-010 - Rev. 001
Date d'application : 06/05/2024