

Suites opératoires d'une arthroscopie du genou

Madame, Monsieur,

Vous venez d'être opéré(e) d'une arthroscopie du genou, je vous rappelle les consignes qui vous ont été données à la sortie de la clinique :



- Le genou ne doit pas être trop douloureux ; vous ressentirez éventuellement une raideur articulaire pendant quelques jours. Une ordonnance d'antalgiques vous a été remise, respectez les prescriptions. Faites plusieurs fois par jour des applications de glace (par exemple : sac de petits pois congelés, 4 à 5 fois par jour pendant 10 minutes).
- Reposez votre genou la première semaine. Prenez des cannes pendant 4-5 jours. Evitez au maximum les piétinements prolongés. Marchez régulièrement à votre rythme. Une liste d'exercices à réaliser plusieurs fois par jour vous a été remise par le kinésithérapeute. La conduite automobile est autorisée au bout d'une semaine. Concernant la pratique sportive, seul le vélo est autorisé à partir du 15^{ème} jour ; la reprise des autres sports sera discutée lors de la consultation de contrôle.
- Faites réaliser le 1^{er} pansement par une infirmière le lendemain de votre intervention, en même temps que la première injection d'héparine. Les pansements suivants seront à réaliser tous les 2 à 3 jours. Les fils « tomberont » seuls en 2 à 3 semaines.
- Surveillez votre température ; En cas de douleur du genou ou du mollet, n'hésitez pas à me contacter au Cabinet **(03.81.47.21.22)** ou par l'intermédiaire de la Clinique en dehors des heures d'ouverture du secrétariat et pendant le week-end.

Dr FORTERRE O.