

2023

**Centre intégré de  
santé et de services  
sociaux de Laval**



## **Guide de préparation à une chirurgie amygdalectomie et adénoïdectomie**



**2<sup>e</sup> édition**

Ce guide vous aidera à  
comprendre votre opération  
et à vous y préparer.

Lisez-le avec votre famille et  
apportez-le avec vous le jour  
de votre opération.

**Une publication de**  
**Direction des services professionnels**  
**Centre intégré de santé et de services sociaux de Laval**  
1755, boul. René-Laennec  
Laval (Québec) H7M 3L9  
Telephone: 450 975-5566  
Site Web : [www.lavalensante.com](http://www.lavalensante.com)

**Recherche et rédaction**

Manon Vinet, infirmière clinicienne, AIC  
Clinique de préadmission

**Révision**

Judith Dubois, infirmière clinicienne, AIC  
Clinique de préadmission

**En collaboration avec**

Le Service d'oto-rhino-laryngologie du CISSS de Laval.

**Secrétariat**

Karine Beaulieu, agente administrative

**Révision linguistique et mise en page :**

Éric Bertrand, Service des communications

**Diffusion**

La reproduction d'un extrait quelconque de ce feuillet, par quelque procédé que ce soit, est interdite sans l'autorisation écrite de l'éditeur.

Ce document est disponible sous forme électronique à l'adresse suivante :

[www.lavalensante.com](http://www.lavalensante.com)

© Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Laval, 2023

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2023

ISBN 978-2-550-93757-9 (version imprimée, 2<sup>e</sup> édition, 2023)

ISBN 978-2-550-85836-2 (version imprimée, 1<sup>ère</sup> édition, 2020)

ISBN 978-2-550-93758-6 (PDF, 2<sup>e</sup> édition, 2023)

ISBN 978-2-550-85814-0 (PDF, 1<sup>ère</sup> édition, 2020)

## **Table des matières**

Anatomie .....	4
Qu'est-ce que les amygdales ? .....	4
Amygdalectomie .....	4
Qu'est-ce que les adénoïdes? .....	5
Adénoïdectomie.....	5
Avant la chirurgie.....	6
Les médicaments à arrêter ou à continuer .....	7
Visite en clinique de préadmission .....	8
Restriction du tabac.....	9
Alcool.....	9
Planification du congé.....	9
Diète préopératoire.....	10
La soirée avant la chirurgie.....	11
La journée de la chirurgie .....	12
Chirurgie chez l'enfant.....	13
Hygiène pré-opératoire .....	14
Quoi apporter à l'hôpital.....	15
Arrivée sur l'unité .....	16
Salle d'opération .....	17
Dans la salle de réveil.....	18
Retour à l'unité de chirurgie d'un jour ou d'hospitalisation .....	18
Contrôle de la douleur .....	19
Exercices de respiration .....	21
Départ de l'unité .....	22
Retour à la maison.....	23
Alimentation et hydratation .....	24
Activités .....	26
Complications .....	27
Ressources disponibles.....	28
Bibliographie.....	29
Référence .....	29
Notes et questions.....	30

## Anatomie

Le larynx (gorge) est une structure tubaire qui relie les fosses nasales et la cavité buccale au larynx.

La partie nasale, appelée rhinopharynx, est située à l'arrière du nez et au-dessus du voile du palais.

La partie buccale ou oropharynx contient les amygdales.

### Qu'est-ce que les amygdales ?

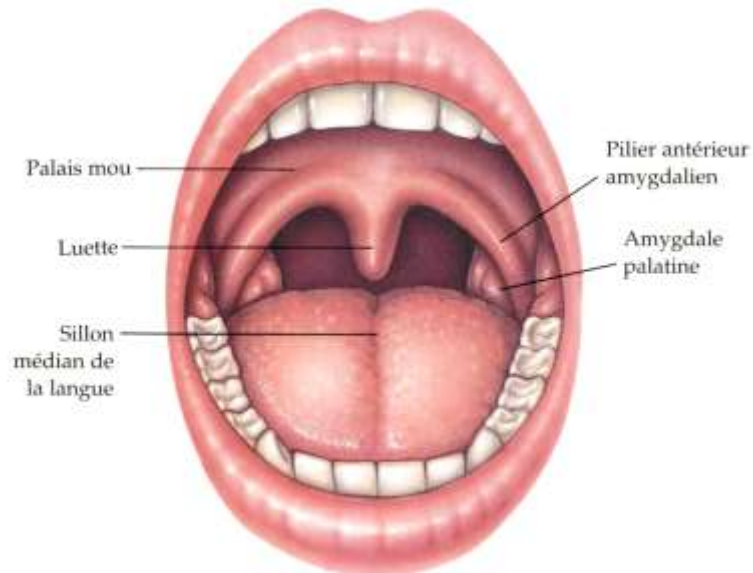
Les amygdales sont de petites masses que l'on peut voir dans le fond de la gorge de chaque côté de la luette. Ces organes sont des éléments de protection pour l'organisme contre les invasions de bactéries mais peuvent être la source d'infection répétée.

Lorsque les amygdales présentent de l'inflammation, ceci provoque une augmentation de leur taille et l'obstruction des voies aériennes.

L'enfant ou l'adulte a de la difficulté à respirer, à avaler et demeure congestionné lors d'un rhume ou d'une grippe.

### Amygdalectomie

L'amygdalectomie est l'excision (le retrait) des amygdales hypertrophiées (inflammation) ou infectées chroniquement.



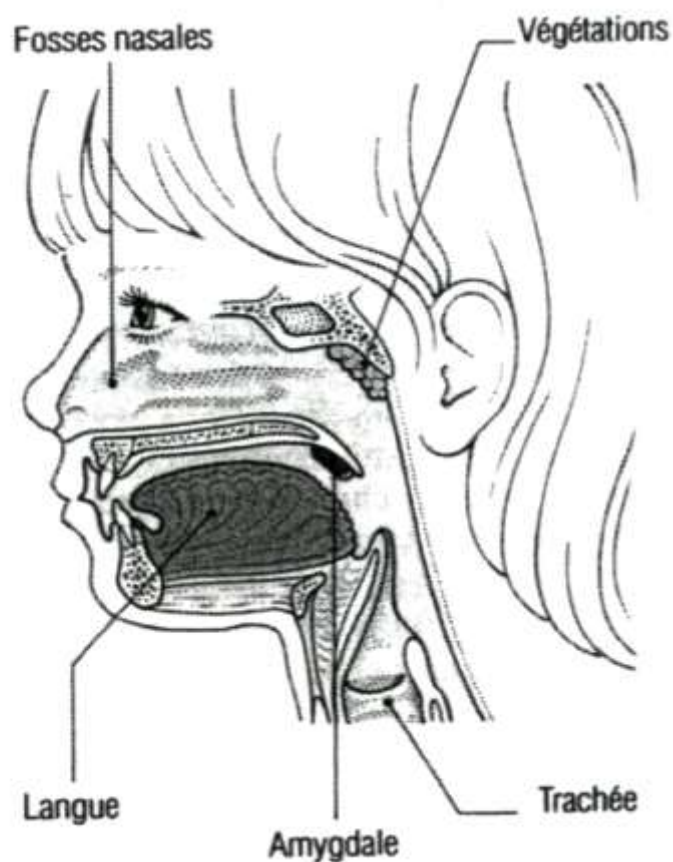
Source : Rhône-Poulenc Rorer, St-Lauren

## Qu'est-ce que les adénoïdes?

Les **végétations adénoïdes** sont le nom que l'on donne aux amygdales pharyngées lorsqu'elles sont enflées. Les adénoïdes sont localisées près des trompes d'Eustache et peuvent les bloquer, provoquant ainsi des otites ou infections des oreilles. Elles peuvent même obstruer l'entrée de l'air du nez vers la gorge rendant la respiration par le nez difficile.

## Adénoïdectomie

L'adénoïdectomie est l'exérèse (le retrait) du tissu adénoïde.



## Avant la chirurgie

### Date et heure de l'admission

Vous allez recevoir un appel du personnel de la clinique de la préadmission de l'hôpital. L'agente administrative vous indiquera le jour de votre opération. L'heure d'arrivée à l'hôpital vous sera donnée par téléphone 24 à 48 heures avant l'opération.

Date de la chirurgie : \_\_\_\_\_

Heure d'arrivée : \_\_\_\_\_

Lieu : \_\_\_\_\_

### **ATTENTION**

**Une semaine avant la date de votre opération, si vous avez ces symptômes :**

- Maux de gorge, rhume ou grippe
- Température (fièvre)
- Prise d'antibiotiques
- Une maladie contagieuse (exemple : varicelle) ou avez eu un contact récent avec une personne atteinte d'une maladie contagieuse
- Une grossesse possible ou non confirmée
- Rougeur, inflammation, écoulement, plaie ou toute autre problématique à la partie du corps opérée.

**Appelez sans tarder pour informer l'agente administrative**

ORL..... 450 975-5598



## Les médicaments à arrêter ou à continuer



**Lors de votre rendez-vous** avec le chirurgien ou l'infirmière de la clinique de préadmission, nous vous aviserons si vous devez arrêter ou continuer ces médicaments avant votre opération.

Aspirine<sup>MD</sup>,  Asaphen<sup>MD</sup>,  Rivasa<sup>MD</sup>,  Entrophen<sup>MD</sup>,  Novasen<sup>MD</sup>,  
 Persantin<sup>MD</sup>, MSD  AAS<sup>MD</sup>,  Aggrenox<sup>MD</sup> (Dipyridamole/AAS), etc.

- Arrêter \_\_\_\_ jours avant la chirurgie
- Ne pas arrêter

**Plavix<sup>MD</sup> (clopidogrel)**

- Arrêter \_\_\_\_ jours avant la chirurgie
- Ne pas arrêter

**Prasugrel<sup>MD</sup> (Effient),  Ticlid<sup>MD</sup> (Ticlopidine)**

**Ticagrelor<sup>MD</sup> (Brilinta)**

- Arrêter \_\_\_\_ jours avant la chirurgie
- Ne pas arrêter

Vous pouvez prendre des médicaments comme Tyléno<sup>MD</sup>, Tyléno<sup>MD</sup> extra-fort, acétaminophène et Tempra<sup>MD</sup> jusqu'à minuit la veille de l'opération.

**Anti-inflammatoires** (ex. Advil<sup>MD</sup>, Ibuprofène<sup>MD</sup>, Motrin<sup>MD</sup> incluant pour enfant, Celebrex<sup>MD</sup>, Maxido<sup>MD</sup>, Aleve<sup>MD</sup>, Naprosyn<sup>MD</sup>, etc.)

Arrêter  3  jours avant la chirurgie

**Anti-inflammatoires** : méloxicam (Mobicox), piroxicam (Feldene)

Arrêter  7  jours avant la chirurgie

**Anti-inflammatoires** : ténoxicam (Mobiflex)

Arrêter  10  jours avant la chirurgie

**Tous les produits naturels (sauf la mélatonine)** (glucosamine, oméga 3, vitamine E, etc.)

Arrêter  7  jours avant la chirurgie

Si vous prenez du **Coumadin<sup>MD</sup>, Sintrom<sup>MD</sup>, Pradaxa<sup>MD</sup>, Xarelto<sup>MD</sup>, Eliquis<sup>MD</sup>, Lixiana<sup>MD</sup>**

Un(e) pharmacien(ne) de l'hôpital vous appellera environ 1 à 3 semaines avant l'opération et vous demandera peut-être de faire une prise de sang.

Lorsque le département de la pharmacie aura reçu les résultats, un(e) pharmacien(ne) vous appellera de nouveau pour vous dire quand arrêter de prendre ce médicament.



**Il est obligatoire de bien respecter cette consigne.**

## Visite en clinique de préadmission

Votre dossier sera transféré à la clinique de préadmission de l'hôpital. Vous recevrez un appel pour vous indiquer la date et l'heure de votre rendez-vous en clinique de préadmission.

Date et heure de mon rendez-vous : \_\_\_\_\_

Lieu : \_\_\_\_\_

### Pendant la visite en clinique de préadmission, vous allez :

- Rencontrer une infirmière qui vous expliquera comment vous préparer pour la chirurgie et à quoi vous attendre pendant votre séjour à l'hôpital.
- Passer en électrocardiogramme (ECG) si l'infirmière détermine que c'est nécessaire.
- Faire des prises de sang si requis pour vous. Vous serez dirigé vers le centre de prélèvements de l'hôpital.
- L'infirmière vous dira si vous avez besoin de faire d'autres examens ou de rencontrer d'autres médecins ou professionnels.



### Consentement à la chirurgie et à l'anesthésie

Pendant votre rencontre à la clinique de préadmission, l'infirmière vous fera signer le formulaire de consentement à la chirurgie et à l'anesthésie.

Ceci veut dire que le chirurgien vous a clairement expliqué pourquoi vous avez besoin de cette opération, son déroulement, les risques possibles et les résultats souhaités de l'opération lorsqu'il vous a annoncé que vous serez opéré.



S'il vous manque des informations, vous devez les vérifier auprès de votre chirurgien. L'infirmière de la clinique de préadmission vous aidera dans cette démarche. Vous devrez signer le formulaire de consentement le matin de votre opération.

- \* **Enfants de moins de 14 ans** : le père, la mère ou le tuteur légal (procuration écrite requise en leur absence) peuvent signer le consentement.

**Pour plus d'informations concernant l'anesthésie, veuillez lire le guide « Rôle de l'anesthésie - feuillet d'enseignement », qui vous sera donné par l'infirmière pendant votre rencontre en préadmission.**

## Restriction du tabac

Arrêter de fumer ou réduire votre consommation de tabac diminue les risques de problèmes respiratoires après l'opération, aide la guérison de la plaie et aide à mieux gérer la douleur.

**Pour trouver de l'aide pour arrêter de fumer, vous pouvez appeler :**

- Le Centre de services ambulatoires de Laval au **450 978-8300, option 1, poste 13169** (pour les personnes qui vivent à Laval).
- Votre pharmacien ou votre médecin de famille.
- Le centre d'abandon du tabac le plus près de chez vous au **1 866-JARRETE (527-7383)**.



Site internet : <https://www.quebecsanstabac.ca/jarrete>

## Alcool

Éviter de boire de l'alcool **7 jours avant la chirurgie**. L'alcool peut interagir avec certains médicaments, augmenter le risque de saignement et de complication.



**Pour obtenir de l'aide dès maintenant, appelez la ligne régionale (pour les résidents de Laval) :**

Alcochoix+Laval au 450 622-5110, poste 64005

<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/alcool-drogues-jeu/alcochoix>

## Planification du congé

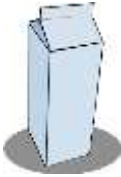


Avant votre opération, il est important de bien préparer votre retour à domicile. Vous devez prévoir plusieurs choses :



- Trouver une personne adulte pour venir vous chercher à l'hôpital. Il faut prévoir ce transport. Cette personne doit être disponible pour venir vous chercher au moment où votre congé est signé.
- Préparer des repas à l'avance pour les jours après l'opération.
- Prévoir de l'aide pour les courses, le ménage et les rendez-vous au besoin.
- Si vous vivez seul(e) et que votre opération peut réduire votre mobilité, prévoyez qu'un adulte reste avec vous durant la convalescence.

## Diète préopératoire

### Suggestions pour enrichir l'apport en protéines

	Ajouter ceci	À cela
	Lait écrémé en poudre ou supplément de poudre de protéines (Bénéprotéine de Nestlé)	Céréales cuites, œufs brouillés, sauces, pommes de terre en purée, soupes, sauces à la crème, laits, laits frappés, crèmes dessert, flans, etc.
	Lait (2 % ou 3,25 % de matières grasses)	Céréales chaudes, soupes, plats en cocotte, chocolat chaud (au lieu de l'eau)
	Boisson de soya	Boissons fouettées (smoothies), soupes
	Yogourt grec	Fruits frais ou en conserve, légumes, pommes de terre, riz, crêpes, plats en cocotte, ragoûts, soupes, trempettes de légumes ou de fruits
	Œufs durs	Sandwiches, salades, légumes, pommes de terre, sauces et soupes
	Beurre d'arachide ou beurre de noix	Biscuits, laits frappés, sandwiches, craquelins, muffins, tranches de fruits, rôties, crème glacée
	Tofu	Laits frappés, soupes, plats en cocotte ou sautés, salades
	Pois ou haricots secs, légumineuses et lentilles en conserve (selon tolérance)	Plats en cocotte, soupes, ragoûts, salades, riz, pâtes et trempettes
	Graines et noix (selon tolérance)	Salades, céréales, crème glacée, yogourt
	Morceaux de viande, de volaille, de fruits de mer ou de poisson cuit	Salades, soupes, œufs brouillés, quiches, pommes de terre au four, pâtes

Pour compléter votre alimentation, vous pouvez aussi prendre un supplément de type Ensure ou Boost

## La soirée avant la chirurgie

### La veille de l'opération

Vous pouvez manger normalement.



### Jour de l'opération

#### Pour tous les usagers



À partir de minuit la veille de l'opération :

- Ne pas manger de nourriture solide.
- Ne pas manger ou boire des produits laitiers.
- Ne pas consommer d'alcool et ne pas fumer.
- Pour la consommation de liquides clairs, référez-vous aux tableaux de la page suivante.

## La journée de la chirurgie

### À la maison

L'infirmière vous indiquera si vous devez suivre la consigne suivante concernant les breuvages :

- **Je DOIS rester à jeun** (ne rien boire ni manger à partir de minuit la veille de l'opération). Ne pas mâcher de gomme ni manger des bonbons.



Vous pouvez vous brosser les dents en évitant d'avaler l'eau.

**OU**

- **Je DOIS boire des liquides clairs** avant l'opération.

Les liquides clairs permis sont :

- Eau
- Jus sans pulpe (obligatoirement)
- Café ou thé noir (aucun lait)



Attention de boire **SEULEMENT** ces liquides clairs et rien d'autre.

### Quand arrêter de boire des liquides clairs ?

Il faut arrêter de boire ces liquides le matin de l'opération. Le moment précis d'arrêt dépend de l'heure à laquelle vous devez arriver à l'hôpital le matin de l'opération.

Rappelez-vous que l'heure d'arrivée vous sera donnée par téléphone 24 à 48 heures avant l'opération.

Je dois arriver à l'hôpital à...	Je dois cesser de boire les liquides clairs à...
Avant 10 h	6 h
Après 10 h	8 h
Je suis en attente à la maison, je n'ai pas d'heure d'arrivée, mon opération est sur appel.	11 h



Le respect de ces consignes vous permet d'être opéré de façon sécuritaire et d'éviter des complications graves.

Si vous n'avez pas bien respecté cette consigne, vous devez aviser l'infirmière en arrivant à l'hôpital.

## Chirurgie chez l'enfant

- Les deux parents (ou 1 parent et 1 accompagnateur adulte) peuvent accompagner l'enfant.
- Il est important de bien préparer l'enfant à l'opération. Adaptez votre discours en fonction de son âge. Utilisez des mots simples et positifs. Soyez honnêtes. Des livres peuvent vous aider (exemple. : L'opération de Lucas, voir référence au bas de la page)
- Vous pouvez apporter un jouet, un jeu ou un objet important pour lui. Un film d'animation sera présenté dans l'espace réservé aux enfants à l'unité de chirurgie d'un jour. Des chaises berçantes sont aussi disponibles.
- Les parents ont accès à la salle d'attente du bloc opératoire pour rencontrer l'anesthésiste et le chirurgien. Vous pourrez donc poser vos questions.
- Ensuite, les parents doivent retourner à l'unité de chirurgie d'un jour ou dans la chambre d'hôpital de l'enfant, si elle est prête. Ce n'est pas toujours un instant facile, mais en avisant votre enfant du processus, cela devient plus facile pour vous et pour lui/elle.
- Les parents doivent rester disponibles pour rassurer l'enfant à la sortie de salle de réveil.
- L'infirmière sera là pour s'assurer que la récupération de l'enfant se déroule bien et pour répondre à vos questions.
- Vous devez continuer à observer l'enfant après son retour à la maison.



### Suggestion de littérature jeunesse

#### Volet "Chirurgie chez l'enfant" :

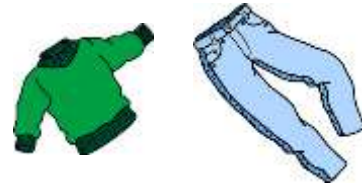
*Titre :* L'opération de Lucas  
*Auteurs :* Stefan Boonen et Brigitte Vangehuchten  
*Éditeur :* ÉDITIONS ENFANTS QUÉBEC  
*ISBN :* 978-2-923347-58-5



## Hygiène pré-opératoire

**Hygiène habituelle** : le matin de votre opération, vous devez faire votre hygiène personnelle comme à l'habitude

Mettez des **vêtements propres** après votre douche.



**Ne mettez pas de** maquillage, pas de faux cils, de vernis à ongles (doigts et orteils), de faux ongles, de crème, de déodorant, de parfum, de bijoux ou de piercings corporels.

**Ne rasez pas** la zone qui sera opérée.



### Médicaments

Prenez **SEULEMENT** ces médicaments  
(avec une gorgée d'eau)

-----

-----

-----

-----






-----

-----



**Si vous ne respectez pas toutes ces consignes,  
votre opération pourrait être annulée.**

## Quoi apporter à l'hôpital

- Ce guide.
- Votre carte d'assurance maladie valide, non expirée;
- Votre carte de l'hôpital.
- Vos médicaments, gouttes et pompes dans leur pot d'origine. 
- La liste complète à jour de vos médicaments : demander cette liste à votre pharmacien.
- Pantoufles, robe de chambre, vêtements et chaussures confortables. 
- Mouchoirs, brosse à dents et savon. 
- Calepin et crayon. 
- Si vous portez des lunettes, des verres de contact, une prothèse auditive ou dentaire : apportez les trousseaux ou contenants appropriés et identifiés à votre nom.
- Si vous utilisez une canne, des béquilles ou une marchette, apportez-les à l'hôpital et identifiez-les à votre nom. 
- Si vous en avez besoin, apportez des serviettes hygiéniques, des couches pour bébé ou des produits d'incontinence.

**Veillez laisser tous vos bijoux et autres objets de valeur à la maison.**

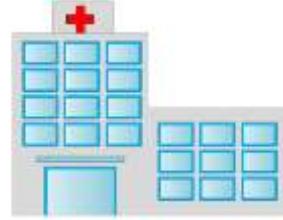
**L'hôpital n'est pas responsable des objets perdus ou volés**

**(Les casiers ne sont pas sous clé)**

**Les bagues devront être coupées si elles ne sont pas retirées**

## Arrivée sur l'unité

- ❑ **L'opération se fait à l'unité de chirurgie d'un jour (CDJ)** : allez directement à l'unité de chirurgie d'un jour (CDJ), au bloc B. 1<sup>er</sup> étage, local 1.165. L'heure de l'opération vous sera donnée une fois arrivé sur l'unité. Vous ne couchez pas à l'hôpital!



- Hospitalisation - Si vous devez rester après votre opération : Présentez-vous à l'accueil de la salle RC-5, l'heure de votre opération vous sera communiquée à votre arrivée dans l'unité.
- **Une seule personne** peut vous accompagner.
- Il faut prévoir un délai d'attente entre l'heure d'arrivée et l'heure de la chirurgie. Prévoir un divertissement au besoin (lecture, musique avec écouteurs, etc.).
- Il se peut que votre chambre ne soit pas prête à votre arrivée. Dans ce cas, vous serez préparé dans l'unité de chirurgie de jour. Veuillez laisser votre valise dans votre voiture. Vous pourrez la récupérer après votre opération, lorsque votre chambre sera disponible.



## Salle d'opération

Au moment de partir pour la salle d'opération, vous devez porter uniquement la jaquette d'hôpital et aucun autre vêtement personnel.

**Vous devez avoir enlevé :**

- Lunettes, verres de contact;
- Sous-vêtements, bijoux et piercings corporels;
- Prothèses dentaires, auditives, capillaires.



On vous dirigera vers la salle d'opération.

L'anesthésiste vous rencontrera une fois arrivé au bloc opératoire pour discuter avec vous des modalités d'anesthésie et de soulagement de la douleur les plus adaptées pour vous.

Pour plus d'informations concernant l'anesthésie, veuillez lire « Rôle de l'anesthésie – feuillet d'enseignement » qui vous sera donné par l'infirmière pendant votre rencontre à la clinique de préadmission.

**N.B. L'enfant peut conserver son toutou préféré et sa couche au besoin.**

### Dans la salle de réveil

- Vous allez vous réveiller à la salle de réveil.
- Aucun visiteur n'est admis à la salle de réveil.
- Le personnel vous installera confortablement sur votre civière ou lit.
- Vous ne pourrez pas boire ni manger tout de suite, l'infirmière vous le permettra lorsque votre état sera stable.
- Lorsque votre état sera stable et que la douleur sera bien contrôlée, vous serez transféré à l'unité de chirurgie d'un jour.



### Retour à l'unité de chirurgie d'un jour ou d'hospitalisation

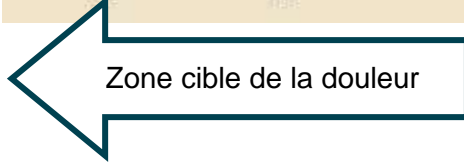
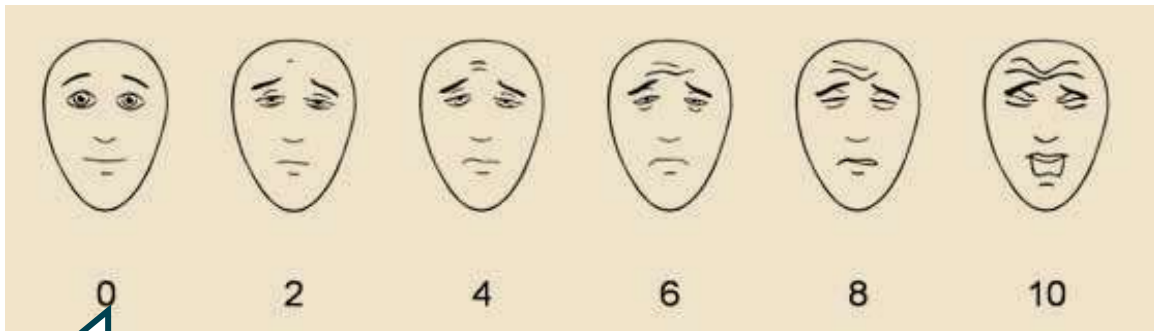
Le personnel vous installera confortablement sur votre civière ou lit et prendra vos signes vitaux plusieurs fois.

L'infirmière doit aussi vérifier le site chirurgical. Il n'y aura aucune suture (points) et aucun pansement.

## Contrôle de la douleur

Il est normal d'avoir de la douleur après une opération. Le niveau de douleur est différent d'une personne à l'autre. Par contre, avec les médicaments contre la douleur, prescrits par le chirurgien, il est possible de bien contrôler la douleur.

**On vous demandera d'évaluer votre douleur sur une échelle de 0 à 10**



**Notre but est que votre douleur reste en bas de 4/10**

**Le soulagement de la douleur est important, car il vous aidera à :**

- Respirer plus facilement.
- Bouger plus facilement.
- Mieux dormir.
- Mieux manger.
- Guérir plus rapidement.
- Faire les choses qui sont importantes pour vous.

## Analgésie (médicaments contre la douleur)

Les médicaments en injection (piqûre) vous seront donnés si votre douleur est trop grande.



- Les médicaments en comprimé (pilule) vous seront donnés dès que vous pouvez le tolérer ou vous alimenter.



### Techniques pour soulager la douleur chez l'enfant

Pour soulager la douleur, le chirurgien prescrira de l'acétaminophène (Tempra<sup>MD</sup>, Tylenol<sup>MD</sup>) avec ou sans codéine, sous forme liquide ou en suppositoire.

Il faut éviter de prendre des médicaments contenant de l'acide acétylsalicylique (Aspirine) car elle augmente les risques de saignement chez l'enfant et chez l'adulte.

N'hésitez pas à bien soulager votre enfant. La médication doit être prise régulièrement pour les 48 premières heures après la chirurgie, sans toutefois réveiller votre enfant la nuit (l'observer seulement).

Si l'enfant est bien soulagé, cela l'aidera pour sa convalescence, son confort et la reprise de son alimentation.

La douleur suivant une amygdalectomie peut irradier jusqu'aux oreilles, en général, pendant les 48 premières heures après la chirurgie.

## Exercices de respiration

### Respirations profondes

#### À faire dès votre réveil

- 1) Étendez-vous sur le dos, les jambes légèrement repliées. Placez une main sur votre ventre et l'autre en dessous des seins.
- L'illustration est divisée en deux parties : 'Début' à gauche et 'Fin' à droite. Dans la partie 'Début', une personne est allongée sur le dos sur une table, les jambes légèrement pliées. Elle a une main posée sur son ventre et l'autre sous ses seins. Un diagramme circulaire au-dessus d'elle illustre la position de la tête et du cou. Dans la partie 'Fin', la même personne est dans la même position, mais son ventre est gonflé, ce qui est illustré par un diagramme circulaire au-dessus d'elle montrant l'air entrant dans les poumons et le ventre qui se soulève.
- 2) **Inspirez lentement et profondément par le nez ou la bouche** comme si vous sentiez une fleur. À ce moment, vous sentez vos poumons se gonfler. Seule la main sur votre ventre doit se soulever.
  - 3) En gardant les lèvres pincées, expirez **lentement** par la bouche à travers vos lèvres. Cela vous prendra alors 2 fois plus de temps. Expirez pour faire sortir l'air de vos poumons en rentrant le ventre.

**Cet exercice n'est pas facile à faire. Il vous faut pratiquer avant votre opération.**

## Départ de l'unité

- C'est votre chirurgien qui vous donnera votre congé.
- Demandez à une personne adulte de venir vous chercher, parce que vous ne pourrez pas conduire après l'opération. Il faut prévoir ce transport.
- Si vous habitez seul(e), il serait bien de demander à une personne adulte de rester avec vous durant 24 heures, par sécurité.



- L'infirmière vous donnera une prescription de médicaments contre la douleur que vous devrez aller chercher à votre pharmacie. Au besoin, elle vous donnera aussi un dépliant : « Ce que vous devez savoir si vous prenez un médicament narcotique pour la douleur ».



- L'infirmière vous donnera un rendez-vous de suivi avec votre chirurgien. Il faut absolument aller à ce rendez-vous même si vous vous sentez bien.



**Nom du chirurgien :** \_\_\_\_\_

**Date et heure du rendez-vous :** \_\_\_\_\_

**Lieu :** \_\_\_\_\_

- Vous recevrez un formulaire de preuve d'hospitalisation ou de congé médical de travail si vous en avez besoin. Vous devez informer votre chirurgien si vous avez besoin de ces documents.
- Si vous avez besoin de faire remplir vos formulaires d'assurance, contactez le secrétaire du chirurgien à son bureau privé (p. 27). Tous les formulaires d'assurance doivent être envoyés au bureau privé. L'infirmière de la pré-admission vous indiquera les démarches à suivre pour faire remplir vos papiers.



## Retour à la maison

### À noter

Pour aider à diminuer la douleur, appliquer un sac de glace recouvert d'une serviette pendant 15 à 20 minutes et répéter toutes les 2 heures pour les 48 premières heures (selon confort). **Faire attention aux engelures, ne jamais appliquer la glace directement sur la peau.**

Des vomissements brunâtres sont possibles à la suite de la chirurgie. Il s'agit de sang avalé pendant la chirurgie mais cela ne devrait pas persister plus de 6 heures.

Ne commencez à manger normalement que lorsque vous rentrez chez vous.

### Hygiène

Il est important d'avoir une bonne hygiène de la bouche : se brosser les dents doucement, se gargariser doucement la bouche et la gorge avec de l'eau salée (les enfants ne doivent pas utiliser de rince-bouche).

Pendant la guérison, il est possible que de petites taches blanches apparaissent de chaque côté de la gorge. C'est le processus normal de cicatrisation. Elles disparaîtront d'elles-mêmes.

La mauvaise haleine peut persister de 7 à 10 jours.

Pour aider à la cicatrisation de la plaie à la gorge, il est suggéré de mâcher de la gomme (chez les adultes seulement).

Pour l'adénoïdectomie : ne pas moucher le nez fort pour une durée de 3 jours après l'opération.

### Retour à vos activités

L'enfant doit éviter tout effort physique pendant deux semaines (piscine, éducation physique ou autre activité) à moins d'avis contraire du chirurgien.

Habituellement, pas d'école ni de garderie pour deux semaines autant pour les amygdalectomies que pour les adénoïdectomies.

Pour l'adulte, l'arrêt de travail est de 3 à 4 semaines.



## Alimentation et hydratation

Il est important de boire assez de liquide pour éviter la déshydratation (enfant et adulte).



En cas de nausées, il faut continuer de s'hydrater en prenant de l'eau mais en plus grande quantité.



**Il faut éviter de consommer des produits laitiers les 24 premières heures** suivant l'intervention car ils sont plus difficiles à digérer et augmentent les risques de nausées et de vomissements.



### Voici quelques petits trucs qui vous aideront :

- **Offrir fréquemment:**

- De petites gorgées de Pedialyte<sup>MD</sup> (avec ou sans saveur) vendu en pharmacie.
- Des Popsicle<sup>MD</sup> de Pedialyte<sup>MD</sup>, vendus en pharmacie.
- De petites gorgées d'eau.
- De petites gorgées de jus frais sans acide (ex. : pomme, pêche).
- Des friandises glacées de type Popsicle<sup>MD</sup> réguliers.



- Permettre à votre enfant de manger, y aller lentement, progressivement et selon sa tolérance.
- Préparez des aliments mous, froids et faciles à avaler (utilisation d'un mélangeur si désiré), exemples :
  - Gelées de type Jell-O<sup>MD</sup>, sorbet, yogourt, purée de fruits, crème glacée, lait frappé.
- Par la suite, ajoutez les céréales, les légumes en purée, etc.
- Le retour à l'alimentation régulière prend environ 1 semaine pour les enfants. Pour l'adulte, il s'étale jusqu'à 2 semaines.
- Éviter les aliments trop chauds ou qui irritent la gorge (épicés).

**Note : Pour adénoïdectomie, faire la diète pendant 2 à 3 jours ou selon la tolérance de votre enfant.**

**Pour éviter la constipation qui peut être causé par les médicaments contre la douleur :**

- Mangez beaucoup de fibres (céréales, pain à grains entiers, fruits, légumes, etc.)
- Buvez 7 à 8 verres d'eau par jour (si aucune restriction médicale).
- La marche peut aider au fonctionnement des intestins.



**Si, malgré ces conseils, vous n'arrivez pas à aller à la selle :**

Vous pouvez utiliser un laxatif doux comme Métamucil<sup>MD</sup>, Colace<sup>MD</sup>, Prodiu<sup>MD</sup>

ou

Lax-A-Day<sup>MD</sup> en vente libre en pharmacie. Demandez conseil auprès de votre pharmacien.

**Si, malgré toutes ces tentatives, vous n'avez pas eu de selle depuis au moins 3 jours, consultez un professionnel de la santé**

**(Info-Santé au 811, le pharmacien de votre quartier, votre médecin de famille).**

## Activités



### **Vous pouvez conduire lorsque :**

- Vous n'avez plus d'étourdissements.
- Vous n'avez plus de douleur et que vous avez cessé de prendre des médicaments narcotiques depuis au moins 24 heures.

- Les premiers jours, la position la plus confortable pour dormir est de se coucher sur le ventre, la tête tournée sur le côté. Cette position facilite le drainage des sécrétions.
- Il y a une possibilité que l'enfant ou l'adulte fasse un peu de fièvre, cela peut durer de 24 à 48 heures. Celle-ci est causée par une légère déshydratation consécutive à la chirurgie. Tout rentrera dans l'ordre lorsque la personne recommencera à se réhydrater.
- Si l'enfant est irritable et refuse de boire, de manière persistante, donner la médication avant le coucher et les repas. Votre enfant sera plus calme, se reposera mieux et s'alimentera plus facilement.
- Poursuivre la glace enveloppée comme à l'hôpital.
- Reprenez vos activités selon votre tolérance. Il est important de connaître vos limites et de les respecter.
- La marche est l'un des meilleurs exercices. Augmentez lentement la distance parcourue chaque jour et alternez avec des périodes de repos.
- Évitez les exercices vigoureux, des mouvements brusques ou des sports de contact.





## Complications

Si vous avez de la difficulté à respirer...

**Appelez immédiatement  
Urgence-santé au 911**



Si vous présentez un ou plusieurs des signes ou symptômes tel que :

 <p>Fièvre (38,5°C ou 101°F et plus) <b>pendant plus de 24 heures</b></p>	<p>Douleur qui augmente ou qui n'est pas soulagée par les médicaments.</p> 
--	--

- Il est possible que la perte de sang ne soit pas apparente lors d'une adénoïdectomie car les végétations adénoïdes sont situées à l'arrière-gorge. Le saignement a donc tendance à descendre directement dans l'estomac. Pour vérifier s'il y a saignement, il est recommandé de pencher la tête vers l'avant ou de se coucher sur le ventre afin de favoriser l'écoulement de sang vers l'extérieur de la bouche.
- Douleur qui augmente au lieu de diminuer ou qui persiste plus de 10 jours.
- Chez le jeune enfant, il faut surveiller les déglutitions fréquentes sans raison apparente (pourrait être un signe de saignement).
- Saignement important du nez ou de la bouche ou vomissement de sang rouge clair.
- S'il y a des vomissements de sécrétions (sang brunâtre), ceci signifie que l'enfant ou l'adulte a avalé une petite quantité de sang lors de la chirurgie. Cependant, si ces vomissements **persistent plus de 6 heures** après la chirurgie :
  - Une consultation médicale **immédiate** est nécessaire.
  - **Vous devez appeler Urgences-Santé au 911.**



**Communiquez avec une infirmière d'info-Santé au 811 en tout temps (24h/24)**

**Pour toutes autres questions, communiquez avec l'une des ressources mentionnées à la page suivante.**

## Ressources disponibles



Pour toute urgence, composez le 911.  
Pour des conseils de santé, composez le 811.  
24 heures sur 24, 7 jours sur 7

### Clinique externe

Préadmission (en préopératoire seulement) ..... 450 975-5566  
ORL ..... 450 975-5570

### Bureau privé des ORL de Laval

Clinique Le Carrefour, 3030 boul. Le Carrefour, suite 401, Laval ..... 450 687-1750

### CLSC

#### Région de Laval

Accueil première ligne ..... 450 627-2530, poste 64922  
CLSC des Mille-Îles ..... 450 661-2572  
CLSC du Ruisseau-Papineau ..... 450 682-5690  
CLSC et CHSLD Sainte-Rose ..... 450 622-5110  
CLSC de l'Ouest-de-l'île ..... 450 627-2530  
CLSC et CHSLD Idola-Saint-Jean ..... 450 668-1803

#### Région des Laurentides

Thérèse de Blainville ..... 450 433-2777  
Des sommets ..... 819 324-4000  
St-Jérôme ..... 450 432-2777  
Pays d'en haut ..... 450 229-6601  
Jean-Olivier Chénier ..... 450 433-2777  
Argenteuil ..... 450 562-3761  
Antoine Labelle ..... 819 275-2118

#### Région de Lanaudière

Lanaudière Sud ..... 450 654-2572  
Lanaudière Nord ..... 450 839-3864

## Bibliographie

Brunner-Suddarth - Soins infirmiers, Médecine et chirurgie – Volume 6 : Volume 3, 3<sup>e</sup> édition

Centre de santé et de services sociaux de Laval. (2002). *Amygdalectomie et adénoïdectomie* [Brochure]. (publication originale en 1996).

Centre de santé et de services sociaux du Lac-des-Deux-Montagnes. (2005). *Amygdalectomie et adénoïdectomie* [Brochure].

Centre universitaire de santé McGill. Office d'éducation du patient (2013). Guide de préparation à l'amygdalectomie - adénoïdectomie.

Hôpital de Montréal pour enfants, Centre universitaire de santé McGill (2013, Juillet). Amygdalectomie et/ou Adénoïdectomie.

## Référence

<https://www.hopitalpourenfants.com/infos-sante/pathologies-et-maladies/amygdalectomie-etou-adenoidectomie>





**Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de Laval**

**Québec** 

Mars 2023  
Direction des services professionnels  
62-100-373