

# Conseils suite à votre chirurgie mineure:

## Soins de la plaie et du pansement :

### **24 heures après la chirurgie :**

1. Enlever le pansement
2. Laver la plaie doucement avec du savon doux et de l'eau
3. Tamponner doucement pour assécher la peau
4. Appliquer petite quantité d'onguent (ex : Polysporin) qui peut être acheté à la pharmacie
5. Couvrir avec un gaze (pansement) et du ruban adhésif pour la peau

### **Vous faites cette procédure le matin et le soir pour 2 à 3 jours**

Éviter de laisser la plaie sécher ou former une croûte

### **72 heures après la chirurgie :**

1. Enlever le pansement
2. Laver la plaie doucement avec du savon doux et de l'eau
3. Tamponner doucement pour assécher la peau
4. Appliquer petite quantité d'onguent (ex : Polysporin) qui peut être acheté à la pharmacie
5. Couvrir avec un diachylon : Band Aid

### **Vous faites cette procédure le matin et le soir jusqu'à la guérison**

## **5-14 jours après la chirurgie (selon les directives du médecin)**

Le médecin vous demandera de faire un rendez-vous pour suivi, ou pour enlever les sutures si celles-ci ne sont pas résorbables (c'est-à-dire fondantes).

Appliquer crème topique de **Vitamine E** régulièrement, une fois la plaie guérit et les sutures enlevées pour améliorer l'apparence de votre cicatrice (peut être acheté à la pharmacie).

### **A éviter: (NE PAS FAIRE)**

- Immersion de la plaie/ l'incision/ les sutures dans : piscine, bain, bain tourbillon
- Utilisation du peroxyde d'hydrogène et l'alcool à friction 'rubbing alcohol'
- Les mouvements que risquent de mettre la tension sur la plaie/ l'incision /les sutures
- Exposition prolongé au soleil (peut causer un brunissement de la cicatrice)

### **Signes et symptômes normaux 2 à 3 jours après la chirurgie :**

- légère enflure
- ecchymose (coup bleu ou 'bruising')
- sensibilité
- léger écoulement clair à jaunâtre
- légère rougeur

**Veillez fixer un rendez-vous avec un médecin de la clinique (862-4182) si :**

- vous faites de la fièvre
- la douleur augmente
- la rougeur augmente
- écoulement jaune à vert pour plus que 1 à 2 jours

**Si saignement :**

Mettre une pression sans interruption pendant minimum 20 minutes. Si le saignement est important ou continue, téléphoner à la clinique pour un rendez-vous (862-4182) ou présentez-vous à l'urgence.

**Pour une version électronique des instructions post-opératoires, ainsi que d'autres informations concernant la santé, le bien-être et la nutrition, visiter mon site web [plantbaseddrjules.com](http://plantbaseddrjules.com).**

