



## IMMÉDIATEMENT ET LE PREMIER MOIS SUIVANT

### LA CHIRURGIE

#### **Hallux Valgus**

- Les pieds doivent être relevés pendant les premiers 48 heures.
- Immédiatement suite à l'intervention, une mise en charge selon tolérance est permise sur le(s) côté(s) opéré(s) avec l'utilisation d'une (des) sandale(s) spéciales(s).
- L'utilisation de béquilles n'est pas obligatoire, les utiliser seulement pour le confort et l'équilibre durant les premières semaines suivants la chirurgie.
- SVP ne pas toucher ou mouiller votre (vos) pansements jusqu'à votre prochain rendez-vous avec Dre Gdalevitch, qui sera 1 semaine après la chirurgie.
- Il y aura un large espace entre votre premier et votre deuxième orteils avec une tige métallique sortant de votre premier orteil. Ceci est normal.
- Vous avez le droit de prendre une douche mais prenez des précautions de ne pas mouiller votre (vos) pied(s).
- SVP prendre tous les médicaments prescrits par Dre Gdalevitch. Ceux-ci incluent du Tylenol, un anti-inflammatoire (i.e. Naproxen ou Celebrex) et un narcotique (i.e. Statex ou Dilaudid). Pantoloc sera prescrit en supplément afin de prévenir des brûlures gastriques secondaires à la prise d'anti-inflammatoire. Colace sera aussi prescrit afin de prévenir la constipation associée à la prise de narcotiques.
- SVP prendre note que la douleur est pire pendant les premiers 48 heures mais que celle-ci devrait diminuer par la suite.
- Votre premier suivi avec Dre Gdalevitch sera 1 semaine après la chirurgie afin de changer votre pansement. La tige métallique restera dans votre pied durant 4 semaines.

### Semaines 1 à 4

Suite au changement de pansement avec Dre Gdalevitch, vous allez recevoir des instructions de marcher sur votre pied avec une sandale spéciale. Il est important de mettre le poids sur le pied en entier. La pression mise sur la région opérée aidera au niveau de la guérison osseuse.

Vous devez prendre une douche quotidienne en suivant les étapes suivantes :

- 1- Retirez votre attelle d'orteil.
- 2- Prenez votre douche en utilisant de l'eau et du savon afin de maintenir la propreté de la tige métallique.
- 3- En sortant de la douche, assurez-vous de bien sécher la tige métallique et la peau environnante.
- 4- Remplacez l'attelle, tel que démontré ci-dessous.





Lors de décharge de l'hôpital, ou au moment de votre premier suivi avec Dre Gdalevitch, vous allez recevoir une prescription pour des antibiotiques. Ces médicaments **ne sont pas** à prendre immédiatement. La prescription vous est donnée en cas de développement d'infection au site de la tige métallique.

Les signes d'infection sont: douleur et rougeur accompagnées d'enflure et écoulement accru d'un liquide jaunâtre devenant opaque. S'il y a présence de ces signes, vous devriez prendre les antibiotiques prescrits. Vous avez la prescription appropriée afin d'éviter une visite à l'urgence. La douleur, la rougeur et l'écoulement devraient s'améliorer dans les 24-48 heures suite à la prise des antibiotiques. S'il n'y a pas d'amélioration notée, ou si vous développez une fièvre, vous devez vous rendre à l'urgence le plus rapidement possible.

Vous pouvez également contacter Serge ou Anne-Marie à l'hôpital de Verdun si vous avez des questions: 514-362-1000 ext. 62852.

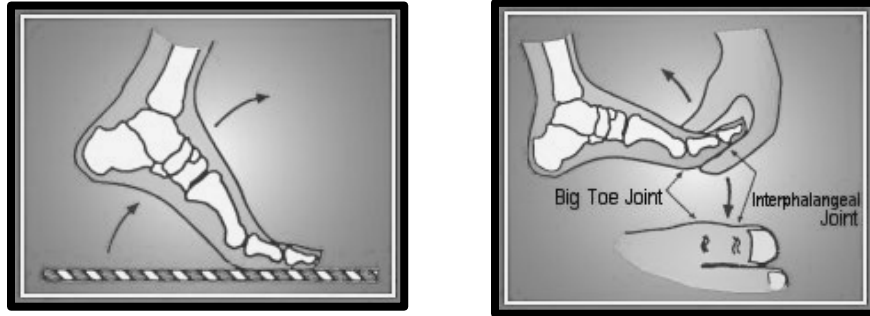
#### **Semaine 4:**

La tige métallique sera retirée de votre pied lors de votre suivi à 4 semaines après la chirurgie. Plusieurs patients présentent de l'inquiétude face à ce processus. L'exérèse de la tige est un processus rapide (moins de 3 secondes) et relativement sans douleur, surtout si vous avez préalablement marché sur votre pied tel que demandé. La tige aura été légèrement relâchée.

Une fois que la tige est retirée, un pansement temporaire sera mis pour 48 heures. La douche normale est permise 48 heures après l'exérèse de la tige.

IL EST D'UNE IMPORTANCE EXTRÊME de commencer des exercices de mobilité 48 heures suite à l'exérèse de la tige. Ces exercices sont exécutés passivement et activement. Vous devez manipuler votre premier orteil avec résistance moyenne pour la bouger de haut en bas, dans un but de regagner le

mouvement le plus tôt possible (voir diagramme ci-dessous). Ces exercices doivent être effectués à 30 reprises par orteil, 3 fois par jour, pour une durée de 8 semaines suivant l'exérèse de la tige.



L'espace après le premier orteil peut prendre jusqu'à une semaine pour revenir à sa position originale. À ce moment, vous pourrez commencer à porter des souliers "normaux" plus larges (i.e. un soulier de course plus large).

L'enflure au pied peut prendre de 3 à 6 mois pour se résorber de façon significative.

### **Rendez-vous de suivi avec Dre Gdalevitch :**

Vos suivis pour cette chirurgie sont :

- 1 semaine après la chirurgie,
- 4 semaines après la chirurgie pour enlever la tige métallique,
- 3 mois après la chirurgie pour évaluation du retour au travail,
- 9 mois après la chirurgie pour évaluation des résultats finaux de la chirurgie.

### **Évaluation pour le retour au travail:**

Le pronostic pour un retour au travail dans un emploi sédentaire (i.e. de bureau) est de 6 à 8 semaines après l'intervention chirurgicale. Si vous occupez un emploi comportant des exigences physiques plus lourdes (i.e. posture debout prolongée ou manutention de charges), le pronostic de retour au travail sera plutôt de 3 mois après la chirurgie.