



# CONSEILS POSTOPÉRATOIRES

Thyroïdectomie et  
Parathyroïdectomie



Dr. Antoine Bergeron  
ORL & Chirurgie cervico-faciale

# CONSEILS POSTOPÉRATOIRES

## PRÉAMBULE

Ce document a été conçu afin de répondre à vos questionnements et de vous fournir les informations nécessaires pour vous préparer aux soins postopératoires d'une **thyroïdectomie ou d'une parathyroïdectomie**.

Le contenu est rédigé de façon à présenter un portrait générique des soins postopératoires requis. Si des indications précises à votre condition vous ont été présentées par votre chirurgien, celles-ci prévalent sur ce document. En cas de contradiction, veuillez vous référer **en priorité aux conseils donnés par votre chirurgien** soignant.

Les consignes postopératoires suivantes vous sont présentées par catégorie, en passant du soin de vos plaies jusqu'à la reprise des activités normales. En tout temps, référez-vous à ce document pour favoriser une bonne convalescence.

Pour une urgence, consultez les sections « QUAND CONSULTER » et « NOUS CONTACTER ».

Au plaisir et bon rétablissement,



---

**D<sup>R</sup> Antoine Bergeron, MD FRCSC**

## SOULAGEMENT DE LA DOULEUR

- La période la plus inconfortable surviendra le soir de l'opération et durera quelques heures, pendant que l'effet de l'agent anesthésique se résorbera.
- Il est normal de ressentir de la douleur durant quelques jours, et ce, jusqu'au retrait du ou des pansements.
- Pour vous soulager, vous devez commencer par prendre de l'acétaminophène (ex. Tylenol) aux quatre (4) à six (6) heures, à la dose prescrite par votre chirurgien.
- Si vous n'êtes pas soulagé.e par l'acétaminophène (ex. Tylenol), prenez de la morphine ou du Dilaudid, au besoin, selon la prescription du chirurgien.
- Pour soulager les douleurs à la gorge, prenez des liquides froids et de la glace.

## ALIMENTATION

- Aucune diète particulière n'est recommandée après votre opération. Prenez des repas selon votre tolérance.
- Si toutefois vous éprouvez de la difficulté à avaler après l'opération, vous pouvez commencer par une alimentation froide ou à consistance plus molle.

## HYGIÈNE

- Il est recommandé d'attendre deux (2) jours après l'opération avant de prendre un bain ou une douche.
- Attendre trois (3) semaines avant d'immerger la plaie dans l'eau d'un bain, spa ou piscine.
- Si votre plaie est fermée, mais présente toujours un léger

écoulement, c'est-à-dire qui nécessite un changement de pansement par jour, seulement la douche est permise.

- En tout temps, épongez bien la plaie, en évitant de la frotter ou de la gratter.
- Pour un (1) mois, évitez d'appliquer de la crème, de la lotion, des produits parfumés ou de l'onguent, sauf si prescrit par votre chirurgien.

## SOINS DE PLAIE

- À la suite de l'opération, lors des premiers levés, soutenez votre tête avec les mains pour éviter toute tension au niveau des points de suture.
- En cas de toux, exercez une légère pression sur la cicatrice.
- Si vous avez un pansement, vous devez le retirer 48 heures après

l'opération, à moins d'avis contraire.

- Vous avez des points fondants, tous cachés sous la peau.
- Si votre plaie est bien fermée et que vous remarquez un léger écoulement, nettoyez-la avec de l'eau et du savon. Ensuite, appliquez un onguent antibiotique en vente libre.
- Évitez d'exposer votre plaie au soleil dans les douze (12) premiers mois, car une jeune cicatrice devient alors plus rouge ou plus foncée.
- Vous aurez des diachylons de rapprochement que vous devrez laisser tomber d'eux-mêmes ou les retirer s'ils sont encore présents après dix (10) jours.
- Il est normal d'avoir une légère enflure autour de la cicatrice

pour deux (2) à trois (3)  
semaines.

## REPRISE DES ACTIVITÉS

- ➔ Il est permis de vous lever le soir de l'opération.
- ➔ Privilégiez la position demi-assise, la tête surélevée et soutenue par des oreillers pour faciliter la respiration et pour plus de confort.
- ➔ Pendant les premiers jours, évitez les exercices et les activités exigeant beaucoup de force au niveau du cou.
- ➔ Ne conduisez pas avant d'avoir récupéré une aisance dans les mouvements du cou et faites attention aux arrêts brusques.
- ➔ Il est important d'effectuer les exercices du cou deux (2) semaines après l'opération.  
(Voir annexe 1)

- ➔ Le médecin vous avisera de la durée de votre convalescence selon votre type de chirurgie et selon les exigences de votre emploi, le cas échéant. De deux (2) à quatre (4) semaines de convalescence sont en général nécessaires.

## VISITE DE CONTRÔLE

- ➔ L'infirmière vous informera des modalités de prise de rendez-vous.
- ➔ En général, il n'est pas nécessaire de prendre rendez-vous pour enlever vos points ou agrafes. Dans le cas contraire, le médecin vous le précisera.
- ➔ Des prises de sang sont nécessaires après l'opération. Une prescription vous sera remise par votre chirurgien ou l'endocrinologue.

## QUAND CONSULTER?

- En présence de fièvre de plus de 38,5 degrés qui perdure pendant plus de quarante-huit (48) heures après l'opération.
- En présence de rougeurs, de chaleur, d'enflure ou d'écoulement jaunâtre ou verdâtre de votre plaie.
- Si votre plaie saigne abondamment.
- Si vous avez de la difficulté à avaler et ou à respirer.
- S'il y a augmentation de la douleur malgré la médication.

## NOUS CONTACTER

### Clinique ORL du Saguenay

Tél. : (418) 545-9989

Au besoin, consultez votre chirurgien. Dans l'incapacité de joindre Dr Bergeron, communiquez avec Info-Santé au **811**.

**Ou consultez à l'urgence de l'hôpital de Chicoutimi.**

## RESSOURCES ET RÉFÉRENCES

- Robert, Suzanne et Pierrette Chailier, Guide thyroïdectomie et parathyroïdectomie, Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 1999, 14p.
- Centre de santé et de services sociaux de Chicoutimi, Chirurgie générale, Conseils - 4, Conseils postopératoires thyroïdectomie, 2014, 2p.

## ANNEXE 1

### Exercices du cou

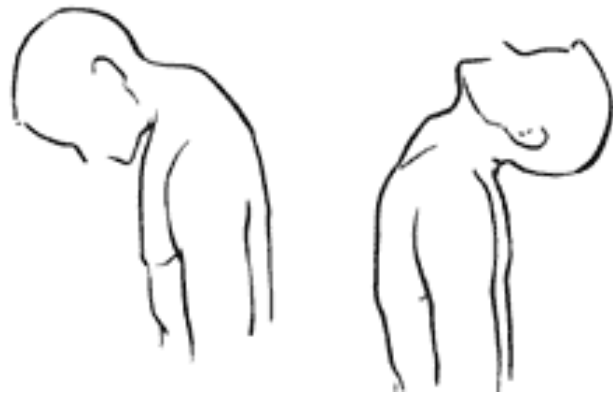
#### Flexion latérale

(Inclinez la tête vers chaque épaule)



#### Flexion avant

(Inclinez la tête vers l'avant puis redressez)



#### Rotation

(Décrivez un cercle avec la tête)

