



---

# CONSEILS POSTOPÉRATOIRES

Septorhinoplastie



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 **septorhinoplastie**.

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**

## SOULAGEMENT DE LA DOULEUR

- Il est possible que vous ressentiez des douleurs au nez et à la tête en plus d'observer de l'enflure ou des ecchymoses autour des yeux jusqu'à deux (2) semaines après l'opération. Pour vous soulager, vous pouvez prendre des analgésiques (calmants) selon la prescription de votre chirurgien. **Toutefois, afin d'éviter les saignements, ne prenez pas de médicament contenant de l'acide acétylsalicylique (aspirine, Motrin) ni vitamine E ni Jenko Biloba.**
- Pour les vingt-quatre (24), à quarante-huit (48) heures suivant l'opération, mettez des compresses glacées sèches sur vos paupières, vos yeux et votre front pour soulager la douleur et réduire l'enflure.
- Pour diminuer l'enflure, gardez la tête surélevée le plus possible

en position assise, debout ou couchée pour soixante-douze (72) heures. Vous pouvez aussi dormir avec plusieurs oreillers.

## ALIMENTATION

- Après l'opération, débutez l'alimentation par des liquides, dès que vous pourrez. Par la suite, vous pourrez réintégrer des repas de façon progressive, selon votre tolérance.
- Pendant la première semaine, évitez de mâcher de la gomme et de manger des mets épicés ou trop chauds puisqu'ils pourraient irriter votre nez.

## HYGIÈNE

- Vous pouvez prendre un bain ou une douche après l'opération, mais en prenant soin de ne pas mouiller votre pansement.
- Évitez de vous moucher pendant une semaine pour réduire les

- risques de saignements. Si vous devez vous moucher, pendant les trois (3) premières semaines, faites-le délicatement, les deux narines en même temps, sans appliquer de pression sur une seule narine à la fois.
- ➔ Éternuez la bouche ouverte.
  - ➔ Nettoyez l'entrée de vos narines avec un linge doux et de l'eau tiède ou un coton-tige imbibé d'eau.
  - ➔ Évitez les gouttes nasales et tous les décongestionnants.
  - ➔ Ne frottez pas votre nez avec des mouchoirs en papier.
  - ➔ Brossez vos dents délicatement avec une brosse souple.
  - ➔ La nuit, faites fonctionner un humidificateur dans votre chambre.

- ➔ Le cas échéant, vous pouvez recommencer à vous raser le visage deux (2) à trois (3) jours après l'opération.

## SOINS DE PLAIE

- ➔ Les mèches ou les pansements seront enlevés par votre chirurgien quelques jours après l'opération. Dans certaines circonstances, vous pourrez les retirer vous-même, si tel est le cas, vous en serez avisé.
- ➔ Ne touchez pas à votre pansement, votre attelle.
- ➔ Une compresse peut être placée sous votre nez pour permettre le drainage du nez. Changez-la dès qu'elle est souillée.
- ➔ Il est normal que votre nez soit enflé et bleuté après l'opération. L'enflure et les hématomes se résorberont progressivement, deux (2) à trois (3) semaines

- après l'opération. Il est toutefois possible qu'une apparence normale ne revienne qu'après six (6) mois.
- ➔ Un vaporisateur de solution saline vous sera prescrit. Veuillez l'appliquer généreusement trois (3) fois par jour pour deux (2) mois.
  - ➔ Vous devez mettre l'onguent antibiotique à l'ouverture des narines comme prescrit deux (2) fois par jour pour deux (2) semaines.

## REPRISE DES ACTIVITÉS

- ➔ Vous ne pouvez pas conduire votre véhicule pour les vingt-quatre (24) à quarante-huit (48) heures suivant l'opération.
- ➔ Durant les trois (3) premières semaines suivant l'opération, évitez de vous pencher et de fournir des efforts physiques

importants, comme de lever des poids lourds.

- ➔ Ne fumez pas et évitez les endroits enfumés pour les quatre (4) premières semaines après l'opération pour ne pas irriter vos voies respiratoires.
- ➔ Pour quelques jours suivant l'opération, vos selles peuvent être plus foncées en raison du sang avalé pendant l'opération.
- ➔ Ne portez pas de lunettes sur votre nez pour quatre (4) semaines. Toutefois, vous pouvez les suspendre à votre front avec du diachylon.
- ➔ Ne portez pas des chandails avec un col roulé deux (2) semaines après l'opération.
- ➔ Vous ne pouvez pas vous baigner pour les deux (2) premières semaines suivant l'opération.

- Votre nez restera sensible jusqu'à trois (3) mois. Pour cette raison, évitez de vous faire bronzer ou de vous exposer au soleil en appliquant un écran solaire.
- Pendant un (1) mois, faites également attention au froid en couvrant votre nez pour éviter les engelures.

## VISITE DE CONTRÔLE

- Un premier rendez-vous aura lieu, vingt-quatre (24) à quarante-huit (48), après l'opération, pour le retrait des mèches.
- Dans certaines circonstances, des lamelles de silastic (plastique) peuvent avoir été mises en place dans votre nez. Si tel est le cas, vous aurez un rendez-vous dix (10) à quatorze (14) jours suivant l'opération pour les retirer.

- Un autre rendez-vous postopératoire aura lieu après deux (2) mois.

## QUAND CONSULTER ?

- En présence de fièvre, de plus de 38,5 degrés, qui perdure pendant plus de vingt-quatre (24) heures, après l'opération.
- Si votre plaie saigne abondamment, malgré une compression de vingt (20) minutes.
- Rendez-vous à l'urgence si les mèches ou tampons descendent dans la gorge.
- Si vous avez une douleur au nez soudaine avec une obstruction nasale sévère.

## NOUS CONTACTER

### Clinique ORL du Saguenay

Tél. : (418) 545-9989

Si 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

- Centre de santé et de services sociaux de Chicoutimi, Programmation et Planification Chirurgicale, Oto Rhino Laryngologie, Conseil postopératoire, Septorhinoplastie, 2003, 2p.
- Mathieu, Johanne et Pierrette Chailier, Guide Chirurgies du nez et des cornets : Rhinoplastie ou septorhinoplastie, Septoplastie, Chirurgie des cornets : turbinectomie, Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 2001, 12 p.