



# CONSEILS POSTOPÉRATOIRES

Septoplastie



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 **septoplastie**.

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. 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, ni d'anti-inflammatoires (aspirine, Motrin), ni vitamine E, ni Jenko Biloba.**
- 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.
- Ne frottez pas votre nez avec des mouchoirs en papier.
- 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.e.

- Une compresse peut être placée sous votre nez pour permettre le drainage du nez. Changez-la dès qu'elle est souillée.
- 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 tel que 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.
  - ➔ Vous ne pouvez pas vous baigner pour les deux (2) premières semaines suivant l'opération.
  - ➔ Votre nez restera sensible jusqu'à trois (3) mois après l'opération.

## 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.