

Avant votre retour à domicile

A la fin de votre séjour à l'Hôpital, pensez à prendre un **rendez-vous en polyclinique** et récupérer vos **documents de sortie** :

- Auprès de l'équipe soignante
 - A la Consultation médicale de la chirurgie de la main
- Dr JAGER Thomas
Dr POMARES Germain
Dr FALCONE RAINER Andrea
Dr DUYSSENS Christophe
Dr CAMPS Christophe

Pensez à prendre votre **rendez-vous auprès des «Soins à domicile»** si vous avez besoin d'un soignant pour faire les pansements.



RS HÔPITAUX
ROBERT
SCHUMAN

Hôpital Kirchberg
9, rue Edward Steichen
L-2540 Luxembourg
T +352 2468-1

NUMEROS UTILES :

**L'UNITÉ D'HOSPITALISATION 4A EST À
VOTRE DISPOSITION 24 H/24 H ET 7J/7J**

TÉL : +352 2468 6410

CABINET MÉDICAL-CHIRURGIE DE LA MAIN

TÉL : +352 2468 4141

EQUIPE « ORTHÉSISTES »

TÉL : +352 2468 4144

Recommandations après chirurgie de la main

www.hopitauxschuman.lu

RS HÔPITAUX
ROBERT
SCHUMAN

Votre séjour se termine, nous espérons que vous avez été satisfait de nos soins.

Nous vous souhaitons un prompt rétablissement et nous vous invitons à suivre ces quelques conseils :

- Durant la journée gardez votre écharpe lorsque vous êtes debout.
- Suivant les conseils du chirurgien et du kinésithérapeute, bougez votre bras et vos doigts, de préférence toutes les heures.
- Veillez à garder la main au même niveau que le coude ou plus haut.



- La nuit, enlevez votre écharpe et mettez la main sur un coussin, ne dormez pas sur le bras opéré.



- Ne mouillez pas votre pansement à cause du risque de macération.
- Si la main est encore gonflée, utilisez des poches de glace et appliquez les dans une serviette ou une taie d'oreiller. Le froid réduit l'œdème, la réaction inflammatoire et la contracture musculaire du site douloureux.
- Prenez les calmants dès que vous avez mal, n'attendez pas que la douleur s'installe.

- Ne fumez pas, l'effet de la nicotine est néfaste pour votre cicatrisation.
- Evitez les endroits poussiéreux et sales, ainsi que le contact direct avec les animaux, ne pas porter de charge lourde et évitez les activités sportives jusqu'à l'autorisation de votre chirurgien.
- Evitez le froid, et mettez des gants, la sensibilité au froid est plus forte pendant au moins 2 ans.
- Suivez les consignes de votre médecin et de l'orthésiste, et surveillez les points d'appui de l'orthèse, elle ne doit pas être douloureuse et doit être réadaptée dès que possible si elle est inconfortable.

