

## **APRES L'EXERESE DE MON KYSTE SACRO-COCCYGIEN**

Le geste a lieu le plus souvent en chirurgie ambulatoire, vous rentrerez le soir de l'intervention avec les ordonnances nécessaires fournies par votre chirurgien.

### **LES DOULEURS**

Elles sont majoritairement présentes lors de la réfection du pansement.

Vous sortirez avec une ordonnance d'antalgiques adaptés, il est conseillé de les prendre systématiquement avant le passage de l'infirmière et la réfection du pansement.

### **LES CICATRICES**

La plaie nécessite le passage quotidien d'une infirmière à domicile pour réaliser le méchage.

Les douches sont autorisées mais pas les bains jusqu'à complète cicatrisation, nous vous conseillons de prendre votre douche juste avant le passage de l'infirmière, le pansement ne devant pas rester mouillé.

### **L'ACTIVITE PHYSIQUE**

La mobilisation se fait dès le retour du bloc. Vous devez marcher en post opératoire pour éviter la phlébite, vous pouvez également reprendre la conduite automobile dans la limite de vos douleurs.

La pratique du sport est déconseillée le temps de la cicatrisation.

### **L'ALIMENTATION**

Il n'y a pas de régime post opératoire.

Nous vous conseillons par contre le sevrage tabagique pour favoriser la cicatrisation

### **QUAND RECONSULTER ?**

En cas de problème de cicatrisation, vous ou votre infirmière pouvez contacter le secrétariat qui vous donnera un rendez vous rapide ou la conduite à tenir.

En cas d'hémorragie importante au niveau de la plaie il faut consulter en urgence.