

## **APRES MA CURE DE HERNIE**

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**

Le gaz de coelioscopie peut être responsable de douleurs sous diaphragmatiques et dans les épaules, elles sont normales et durent rarement plus de 48-72h

Les incisions de coelioscopie seront un peu douloureuses notamment à la mobilisation

Vous sortirez avec une ordonnance d'antalgiques adaptés, il ne faut pas hésiter à les prendre systématiquement les premiers jours

### **LES CICATRICES**

Elles sont fermées au fil résorbable. Elles peuvent être laissées à l'air dès le lendemain de l'intervention et ne nécessite pas de soin infirmier

Les douches sont autorisées mais pas les bains jusqu'à complète cicatrisation.

### **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.

Le port de charge lourde (>5kg) est interdit et la pratique du sport sont interdites jusqu'à la consultation de contrôle avec votre chirurgien afin d'éviter la récurrence

### **L'ALIMENTATION**

Il n'y a pas de régime post opératoire.

### **QUAND RECONSULTER ?**

En cas de problème de cicatrisation, si une cicatrice est rouge, chaude, douloureuse ou avec un écoulement, contactez le secrétariat qui vous donnera un rendez-vous rapide ou la conduite à tenir.

En cas de fièvre, de douleurs non soulagées par les antalgiques prescrits ou d'arrêt du transit il faut reconsulter en urgence.