

## LE LENDEMAIN DE L'INTERVENTION : J+1

- **Retrait** de la poche urinaire de nuit.
- **Mobilisation** : vous augmenterez votre périmètre de marche.
- **Alimentation** : reprise normale.
- **Appareillage** : le cathéter veineux sera retiré
- **Douleur** : elle pourra être traitée par des antalgiques oraux.
- **Injection de traitement anticoagulant** : elle sera réalisée avant votre sortie.
- **Sortie vers 11h** : remise des documents par l'infirmière.

## UNE FOIS CHEZ VOUS...

### → Suivi par SMS :

- Un suivi personnalisé sera réalisé par SMS.
- Prenez le temps de répondre aux questions qui vous seront posées.
- Selon vos réponses, en cas de problème, vous serez recontacté par notre service.

### → Nouvelle hospitalisation à J7

Cette journée permet d'enlever la sonde urinaire et de vérifier la reprise des mictions.

### → Première consultation à M+1

Le chirurgien vous reçoit 1 mois plus tard.

→ En cas de problème vous pouvez contacter le CHU prostate du lundi au vendredi de 9h à 17h au 02 32 88 58 88  
En dehors de ces horaires l'équipe d'urologie est joignable 24h/24 au 02 32 88 80 66

## QUELQUES PRÉCAUTIONS

- **Ne pas désadapter la poche à urine de la sonde urinaire** ; cela est à risque d'infection urinaire.
- **Eviter de porter des charges lourdes (>3 kg)** pendant 2 mois.
- **Garder une alimentation équilibrée** en évitant toutefois les excès.
- **Les injections d'anticoagulants** devront être poursuivies pendant 1 mois. Les chaussettes de contention devront être portées 1 mois également.
- **Les douches sont autorisées** mais pas de bain avant le 15<sup>e</sup> jour post-opératoire.
- **Les fils sur les cicatrices** partiront tout seul car ils sont résorbables.

**CHU**  
ROUEN NORMANDIE

1, rue de Germont - 76031 Rouen cedex  
Tél. : 02 32 88 89 90 - Fax : 02 32 88 87 86  
[www.chu-rouen.fr](http://www.chu-rouen.fr)

Direction de la communication du CHU de Rouen - septembre 2019



**CHU**  
ROUEN NORMANDIE

**RÉHABILITATION  
AMÉLIORÉE  
EN CHIRURGIE  
ROBOTIQUE  
DE LA PROSTATE  
- RAC -**

Service  
d'urologie

Plaquette d'information

Vous allez être opéré de la prostate par voie robotique et vous avez été informé par votre chirurgien de la réhabilitation améliorée en chirurgie - RAC.

L'équipe médicale et soignante reste à votre entière disposition pour répondre à vos questions.

## QU'EST-CE QUE LA RAC ?

La RAC ou réhabilitation améliorée en chirurgie vous permet de retrouver rapidement votre autonomie en étant acteur de votre prise en charge, tout en diminuant également les risques de complications.

## LES GRANDS PRINCIPES DE LA RAC

- **Continuer l'alimentation et l'hydratation** le plus tard possible avant l'intervention et les reprendre le plus tôt possible après celle-ci afin que le transit intestinal redémarre au plus vite.
- **Vous lever dès votre retour en chambre** après l'intervention pour maintenir le tonus musculaire et une bonne respiration.
- **Gérer votre douleur** de manière optimale pour éviter qu'elle n'entrave le retour rapide à l'autonomie.
- **Vous permettre un retour rapide à l'autonomie** pour diminuer le risque de complications post-opératoires (infections pulmonaires, thrombophlébites,...).

## LES DIFFÉRENTES ÉTAPES

### AVANT L'INTERVENTION

- **Consultation** du chirurgien et de l'anesthésiste.
- **Entretien** avec l'infirmière lors d'une consultation dédiée en amont de la chirurgie.
- **Admission** et installation dans votre chambre.
- **Aucun régime à suivre** à la maison et alimentation normale jusqu'à 2h du matin la nuit précédente
- **Prendre 4 briquettes** de jus de pomme (ou jus de raisin) la veille.
- **Préparation :**
  - Dépilation de l'abdomen et douche avec savon adapté.
  - Pour la prévention des thrombophlébites, pensez à apporter les chaussettes de contention (qui vous ont été prescrites).



## LE JOUR DE L'INTERVENTION : J0

### AVANT L'INTERVENTION

- Boire une **boisson sucrée** (jus de pomme ou jus de raisin) 2 briquettes jusqu'à 2h avant l'intervention.
- Prendre une **douche**
- Enfiler une « blouse d'opéré » et les **chaussettes de contention**.

### APRÈS L'INTERVENTION

- **Mobilisation** : après votre retour en chambre, vous serez mis au fauteuil pendant 2 heures.
- **Alimentation** : vous pourrez boire dès votre réveil. Un repas vous sera servi au fauteuil le soir de l'intervention.
- **Perfusion** : la perfusion sera arrêtée et un cathéter veineux laissé en place lors de votre retour en chambre.
- **Douleur** : elle sera contrôlée par des d'antalgiques oraux.

## SONDE URINAIRE

vous aurez une sonde urinaire reliée à un sac attaché à votre jambe pour faciliter vos déplacements. Une poche de 2L sera raccordée la nuit à la poche de jambe pour ne pas avoir à vous lever.

La gestion de la sonde urinaire vous sera expliquée par le personnel paramédical du service d'urologie avant votre sortie.