

PASSEPORT RAAC

Réhabilitation Améliorée Après Chirurgie

Pour Prothèse Totale de Hanche ou du Genou (PTH ou PTG)

Chirurgien : Dr

Infirmière coordinatrice :

Date d'intervention :

Journée de consultation :

GROUPE HOSPITALIER NORD-ESSONNE

HÔPITAL PARIS-SACLAY

1 parvis de l'hôpital, 91400 ORSAY

www.gh-nord-essonne.fr



Ce livret a pour objectif de vous informer et de fluidifier votre parcours de soins en vous donnant accès aux informations essentielles liées à votre intervention. Il formalise la prise en charge globale dont vous allez bénéficier, avant, pendant et après votre intervention.

SOMMAIRE

1 LA RAAC
P.3



3 Le déroulement de
votre séjour à l'hôpital
P.7



2 La préparation de
votre intervention
P.5



4 Votre sortie : domicile ou en
centre de Soins de Suites et
de Réadaptation
P.9



CONTACTS UTILES

Secrétariat Chirurgie Orthopédique

01 69 15 90 70

secreteriat.orthopedie@ghne.fr

Service Chirurgie Orthopédique

01 69 15 90 72

secreteriat.orthopedie@ghne.fr

Service Chirurgie Ambulatoire

01 69 18 01 76

Infirmière coordinatrice RAAC

01 69 15 90 79

idecoordination.orthopedie@ghne.fr

Standard Hôpital

01 69 15 91 91

LA RÉHABILITATION AMÉLIORÉE APRÈS CHIRURGIE (RAAC)

Il s'agit d'un ensemble de dispositions prises pour parvenir à la récupération plus rapide après votre intervention chirurgicale.

Cette prise en charge nécessite toute une équipe de professionnels de santé :



Elle ne peut se faire qu'avec une forte implication de votre part.



Les informations que vous allez recevoir vont vous permettre d'être «**ACTEUR**» de votre préparation et de votre récupération, de mieux vivre votre intervention afin d'accélérer votre rétablissement.

Cela va dépendre de 3 éléments :



1. **Votre état avant l'intervention** : âge, état général, problèmes de santé (diabète, hypertension, problèmes cardiaque ou pulmonaire, etc.), habitudes de vie (alimentation, tabac, alcool)



2. **L'intervention** : l'anesthésie et le geste chirurgical



3. **Les suites de l'intervention** : gestion de la douleur, lever précoce (le jour de l'intervention), rééducation adaptée, retour rapide à domicile ou centre de soins de suites et de réadaptation

LA PRISE EN CHARGE

Elle a pour objectif d'optimiser ces 3 grandes étapes de votre parcours de soins :

1. LA PRÉPARATION À L'INTERVENTION

En évaluant et en améliorant votre état physique mais également en vous préparant psychologiquement à l'intervention :



- Informations données par votre chirurgien



- Consultation avec l'infirmière coordinatrice RAAC



- Prévention de l'anémie



- Exercices enseignés par le kinésithérapeute



- Amélioration de votre hygiène de vie



- Consultation diététicienne

2. L'INTERVENTION

En optimisant au maximum les techniques chirurgicales (abord chirurgical mini invasif, absence de drain) et anesthésiques.

Et en luttant contre la douleur post opératoire par la réalisation d'infiltrations d'anesthésie locale pendant le geste chirurgical.



Entrée bloc opératoire

3. LE POST OPÉATOIRE

Lever précoce en salle de réveil, gestion de la douleur avec la cryothérapie et rééducation adaptée, marche dans le service, prise des repas dans le salon patient, etc.



Marche dans le service



Salle de réveil



Cryothérapie Game Ready

PRÉPARATION DE VOTRE INTERVENTION

Après avoir eu la consultation avec votre chirurgien, une journée de consultations sera prévue pour les différents RDV avec les autres professionnels intervenant dans votre parcours RAAC :

- **Consultation d'anesthésie** (apporter les résultats des différents bilans biologiques prescrits par le chirurgien lors de la consultation ainsi que tous les examens complémentaires)
- **Consultation avec l'infirmière coordinatrice RAAC** (objectif : optimiser l'organisation de votre parcours)
- **Consultation de kinésithérapie** pour l'apprentissage des techniques de béquillage et de quelques exercices de renforcement musculaire avec la remise d'un livret d'exercices
- **Consultation avec une diététicienne**



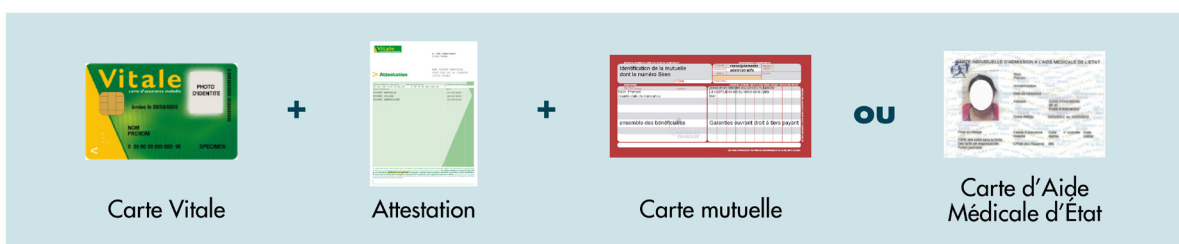
Lors de cette journée, pensez à faire votre préadmission au **bureau des admissions**, si vous ne l'avez pas encore faite.

Il est situé au **rez-de-chaussée**, (à droite en entrant dans l'hôpital).

Pour éviter tous risques d'erreurs de saisie d'identité, merci de présenter à chaque passage :



Justificatifs d'accès aux soins (en cours de validité)



ANTICIPER VOTRE SÉJOUR

Pour bénéficier des meilleures conditions possibles lors de votre parcours RAAC, une anticipation de votre part est nécessaire.

Il faut :



Prévoir les différents intervenants pour la sortie si un retour à domicile est envisagé (infirmier à domicile, kinésithérapeute, aide-ménagère et portage des repas si nécessaire)



Pour l'hospitalisation : préparer une valise cabine avec des affaires de toilettes, vêtements amples/facile à mettre type jogging, chaussures adaptées, pas d'objet de valeur (durée d'hospitalisation d'environ 4 jours) et de quoi vous distraire



Prévoir le matériel orthopédique (béquilles, attelles, bas de contention, matériel de cryothérapie...)



Préparer son dossier médical (ordonnances de vos traitements personnels, radiographies, résultats de bilans biologiques et les examens complémentaires demandés par le chirurgien et l'anesthésiste)



Veiller à une bonne hygiène de vie (alimentation équilibrée, activité physique, sevrage tabagique) et à respecter les conseils / prescriptions des médecins (chirurgien et anesthésiste)

VEILLE DU SÉJOUR



Appel de l'infirmière coordinatrice



Alimentation jusqu'à minuit puis être à jeun : ne pas manger (pas de chewing-gum), ne pas fumer (cigarette, vapotage)



Prendre une douche le soir (cheveux compris) en mettant des vêtements propres, lit propre



Préparer vos documents et affaires à rapporter le jour de l'hospitalisation



Avec l'accord de l'anesthésiste, vous serez admis le matin même de votre intervention dans le service de chirurgie ambulatoire.











Après votre intervention et la surveillance en salle de réveil, vous serez hospitalisé en service de chirurgie orthopédique.

Cette procédure est ce qu'on appelle le « J zéro ».

DÉROULEMENT DE VOTRE SÉJOUR À L'HÔPITAL

LE JOUR DE L'INTERVENTION

Ma préparation à domicile

	Prendre une douche la veille et le matin de l'intervention.
	Ne pas avoir mangé depuis au moins 6H, ne pas boire de lait depuis 4H, ne pas boire d'eau, de café, de jus de pomme et de jus de raisin depuis au moins 2H avant l'intervention.
	Ne pas porter de vernis, ni de maquillage.
	Ne pas garder ses chaussettes et ses sous-vêtements.
	Ne pas avoir fumé depuis au moins 6h.
	Ne pas garder de bijoux ou piercings.
	Ne pas avoir mâché de chewing-gum depuis 2h.
	Ne pas porter de dentier, ni de lentilles, lunettes, appareils auditifs.

ARRIVÉE À L'HÔPITAL



Se rendre dans le service de chirurgie ambulatoire (voir p.11) pour être accueilli par le personnel, mettre la tenue pour le bloc (ne pas oublier d'enlever dentiers, lentilles de contact, bijoux, sous-vêtements...).



MARCHE PRIVILÉGIÉE POUR VOUS DÉPLACER DU SERVICE JUSQU'AU BLOC OPÉATOIRE

Si nécessaire, vous serez accompagné en fauteuil par un brancardier puis accueilli par l'équipe du bloc.

APRÈS L'INTERVENTION



Surveillance en salle de réveil avec votre 1^{er} lever fait par le chirurgien

Puis transfert dans le service de CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE

- Surveillance par l'équipe paramédicale, infirmier/aide-soignant (ne pas hésiter à leur signaler si vous êtes inconfortable)
- Habillage avec vos vêtements personnels
- Repas pris le soir au fauteuil si possible et le lendemain, privilégier la prise de vos repas dans le "Salon Patient"
- Reprendre la marche dans la chambre et dans le couloir dès que possible après l'intervention
- Dès que vous aurez confirmation de votre date de sortie, **penser à recontacter les intervenants** qui s'occuperont de vous à domicile (kiné, infirmier) pour les avertir

Différents soins seront réalisés lors de votre séjour

- **Prise de sang à J+1 et J+3**
J+1 = le 1^{er} jour après votre intervention
- **Pansement à J+2**
- **Radiographie faite avant votre sortie**
- **Sortie à J+3**
(En cas de complications, le séjour pourra être prolongé et le protocole modifié)

VOTRE SORTIE

1. POUR VOTRE RETOUR À DOMICILE



1. Appel de votre infirmière coordinatrice (le lendemain de votre sortie)



2. Respecter les différentes ordonnances de sorties : pansement (l'ablation des agrafes sera faite par l'infirmier selon prescription de votre chirurgien), injection d'anticoagulant, prises de médicaments antidouleur, prises de sang, kinésithérapie avec respect des prescriptions de mobilisation



3. De préférence prendre une douche avant l'arrivée de l'infirmier (pour ne pas garder un pansement mouillé) mais ne pas prendre de bain



4. Avoir une alimentation équilibrée et garder une bonne hygiène de vie (marcher régulièrement)



5. Consultation avec le chirurgien 45 jours environ après votre intervention (date donnée par le secrétariat lors de votre sortie)

2. POUR UN CENTRE DE SOINS DE SUITE ET DE RÉADAPTATION

Pour un SSR, votre chirurgien aura fait la demande lors de la première consultation.

Malgré toutes les mesures préventives, certaines complications post-opératoires peuvent survenir :

- Fièvre
- Écoulement trouble ou inflammation persistante au niveau de la plaie
- Mauvaise cicatrisation
- Hématome induré (dur au toucher)
- Douleur majeure persistante, douleurs au niveau des mollets ou thoracique, essoufflement

EN CAS DE PROBLÈME, CONTACTEZ

En semaine

Votre IDE coordinatrice RAAC

01 69 15 90 79

idecoordination.orthopedie@ghne.fr

Le week-end

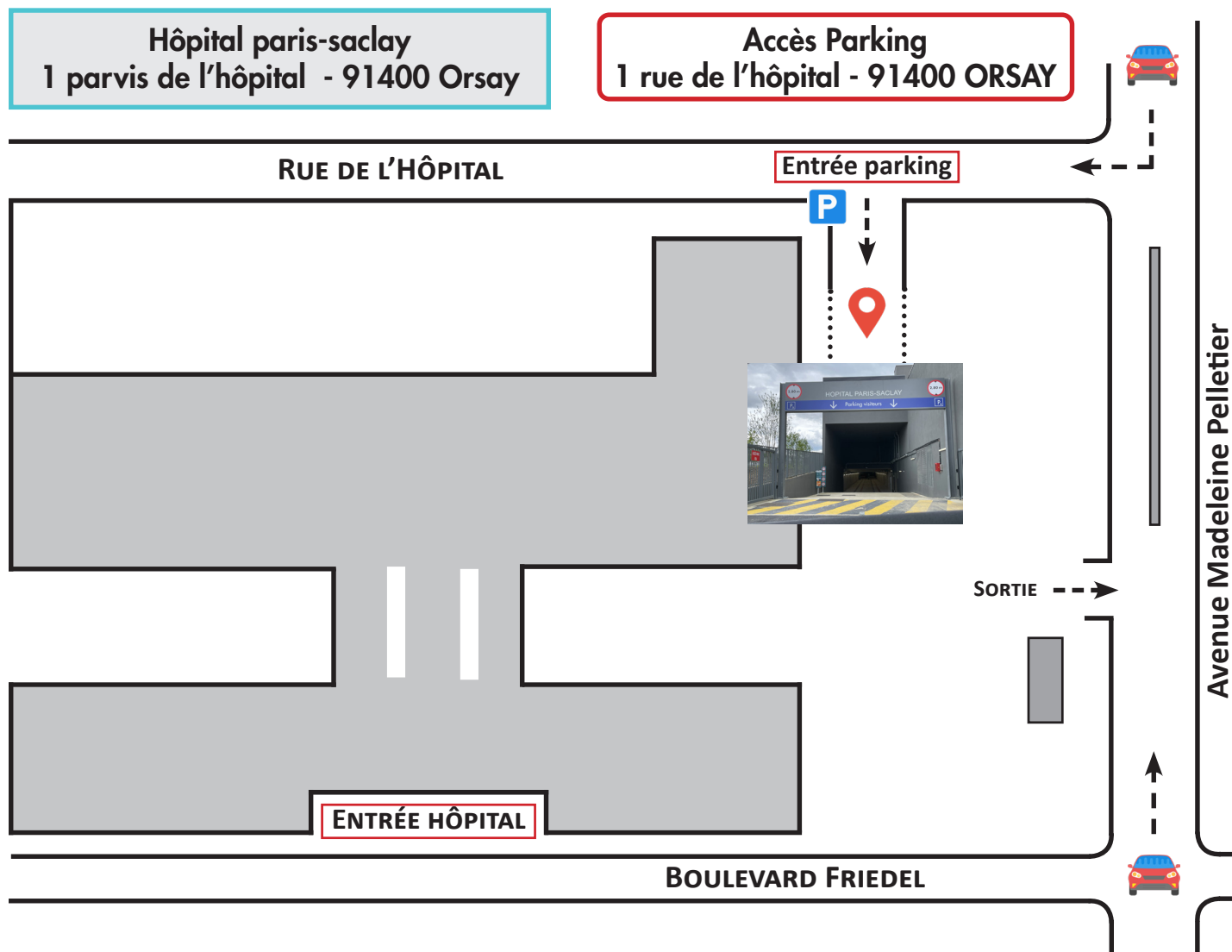
Service d'orthopédie

01 69 15 90 80 ou 01 69 15 95 14

(téléphone infirmier)

Votre médecin traitant

ACCÈS À L'HÔPITAL



- Accès parking **sous-sol (R-1)**.
- A partir du parking (R-1), vous avez accès aux ascenseurs desservant le hall et tous les étages d'hospitalisation.



En voiture

Parking payant

N 118

Sens Province-Paris

- sortie 9 suivre D128

Sens Paris-Provence

- sortie 8 suivre D 36

A10

Sens Paris-Provence

Direction A126

- "cité scientifique" puis D36



Transports en commun à proximité

- Gare Massy-Palaiseau : RER B/C
- TRAM 12 (Evry-Massy)

- Gare Orsay-ville : RER B
- Ouverture ligne métro 18 (Massy / CEA Saclay) en 2026



En bus

Arrêt « Hôpital Paris-Saclay »

Départ : Gare RER B Massy-Palaiseau ou gare RER B Palaiseau

Bus 91-06 -> Direction : Christ de Saclay / Gare du Guichet => Arrêt : Hôpital

Bus 91-10 -> Direction : Saint-Quentin => Arrêt : Hôpital

Départ : Gare Evry-Courcouronnes / Montlhéry ou gare RER Le Guichet

Bus 91-05 -> Direction Fresnel Vauve / Polytechnique Vauve => Arrêt : Hôpital

Départ : Gare RER Orsay-ville

Bus ligne 3



LOCALISATION DES SERVICES



Chirurgie Ambulatoire

Le service de chirurgie ambulatoire se situe au **1^{er} étage du bâtiment Nord**.

Arrivé au 1^{er} étage, en sortant de l'ascenseur, prendre à gauche et suivre la signalétique. Le service se situe au bout de la passerelle.



Chirurgie Orthopédique

Le service de chirurgie orthopédique se trouve au **4^{ème} étage du bâtiment Sud**.

Arrivé au **4^{ème} étage**, prendre à gauche en sortant de l'ascenseur.

Ma Check List

✓ Je coche les cases au long de mon parcours

Préparation de votre hospitalisation en **CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE**

Que dois-je apporter ?

- Vos ordonnances de traitement médicaux personnels
- Vos documents nécessaires pour votre prise en charge : bilans biologiques, radiologies, scanner, compte rendus médicaux
- Le matériel prescrit par le chirurgien : (bas de contention, cannes anglaises, attelle, etc.)
- Vos lunettes, lentilles de contact, prothèses dentaires, auditives avec leur boîte de rangement (elles seront enlevées le jour de votre intervention mais bien utiles pour la suite).
- Un nécessaire de toilette : produits d'hygiène et linge de toilette (serviettes)

Les indications à suivre

- Veillez à avoir les ongles des mains et des orteils propres, coupés et dénués de vernis (même semi-permanent)
- Prenez vos mensurations avant votre hospitalisation (poids et taille)
- N'apportez pas de bijoux (même l'alliance) ou d'objet de valeur, le téléphone portable est toléré, pensez à apporter votre chargeur
- Prévoyez des vêtements confortables, pratiques (amples et faciles à enfiler qui vont faciliter votre mobilité post opératoire), adaptés aux températures pour une durée minimale d'une semaine
- Prévoyez des chaussures/chaussons avec semelles antidérapantes
- Pensez à prendre de quoi vous divertir

À ne pas oublier !

- Pensez à faire **vos préadmission**
- Merci de communiquer les coordonnées d'une personne à prévenir lors de votre arrivée dans le service d'hospitalisation ainsi que le nom de votre médecin traitant.
- Indiquez à l'équipe soignante, lors de votre arrivée dans le service, tout changement de votre état de santé, de vos traitements depuis votre dernière consultation d'anesthésie.
- Indiquer si vous avez un régime alimentaire particulier ou des allergies (médicamenteuses ou alimentaires)



QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION

Afin d'améliorer la prise en charge dans la qualité des pratiques et de l'organisation des soins, nous vous remercions de bien vouloir donner votre avis en répondant à ce questionnaire.

Il est à compléter avant l'appel téléphonique de l'infirmière coordinatrice afin de donner votre avis au moment de l'échange téléphonique, 1 mois après votre sortie.






NOM PRÉNOM






SEXE ÂGE






Arrivée : La veille Le jour même (de l'intervention)






Durée de votre hospitalisation :

Sortie : Domicile Centre de convalescence

LES INFORMATIONS DONNÉES		Très satisfaisant 	Satisfaisant 	Mécontent 	Très mécontent 	Sans avis 
Sur votre parcours RAAC						
Sur le passeport RAAC						
Par l'infirmière RAAC	Lors de la consultation					
	Par téléphone					

AVANTAGES PARCOURS RAAC		Très satisfaisant 	Satisfaisant 	Mécontent 	Très mécontent 	Sans avis 
Sur votre anxiété en lien avec l'intervention						
Sur l'organisation de votre sortie						

ACCUEIL DURANT VOTRE PARCOURS	Très satisfaisant 	Satisfaisant 	Mécontent 	Très mécontent 	Sans avis 
Lors de vos différentes consultations					
Au bloc opératoire					
En service d'ambulatoire					
En service de chirurgie					

LORS DE VOTRE HOSPITALISATION	Très satisfaisant 	Satisfaisant 	Mécontent 	Très mécontent 	Sans avis 
Amabilité du personnel					
Entrée le jour de l'intervention					
Le lever précoce au bloc					
Le repas pris dans la salle de détente					
Prise en compte des douleurs physiques					

Recommanderiez-vous ce protocole RAAC en orthopédie à un proche ?

- OUI
- NON

N'hésitez pas à apporter vos remarques / suggestions afin d'améliorer le parcours RAAC dans notre établissement :

Ce que vous avez apprécié :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ce qui mériterait d'être amélioré selon vous :

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Nous vous remercions pour votre retour.

GROUPE HOSPITALIER
NORD-ESSONNE



En cas d'urgence vitale APPELER LE SAMU AU 15 OU 112