

FIXATEUR EXTERNE

Ton carnet d'information et de suivi

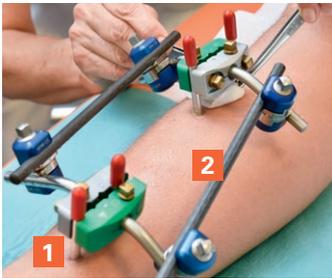


Introduction

Le/la chirurgien·ne orthopédique vient de t'annoncer qu'il/elle allait te poser un fixateur externe. Tu as certainement des questions. Ce livret est là pour te donner des réponses. Note toutes tes questions à la fin (page 11) pour les poser lors de ta prochaine visite et pense à le prendre chaque fois que tu viens à l'hôpital. Surtout, n'hésite pas à demander des explications aux infirmier·e·s et aux médecins.

Qu'est-ce qu'un fixateur externe ?

Il s'agit d'un dispositif, porté à l'extérieur du corps et raccordé à l'os par des tiges traversant la peau. Il permet de réaliser des corrections sur un bras ou une jambe. Il est utilisé pour des membres qui n'ont pas la même longueur ou ne sont pas droits. Il est aussi employé après une fracture pour maintenir l'os fracturé dans une position et un alignement corrects jusqu'à sa consolidation.



1 Insertion : point d'entrée des tiges (broches) dans la peau

2 Vérin : bras télescopique disposé entre les anneaux.

Bague de réglage sur le vérin : sert à adapter le dispositif en fonction du programme préétabli par le/la chirurgien·ne.

Avant ton hospitalisation

Tu es vu·e en consultation par le/la chirurgien·ne orthopédiste et l'infirmier·e. Ecoute bien ce qu'ils/elles te disent et n'hésite pas à redemander des explications si tu ne comprends pas bien ou à poser des questions par rapport à cette opération.

L'anesthésiste est le/la médecin qui t'endort pendant l'intervention. Tu as également une consultation avec lui/elle. A cette occasion, il/elle t'explique comment cela va se passer. Tu peux aussi regarder deux vidéos pour découvrir ce qui t'attend :

➤ www.hug-ge.ch/video/je-va-is-hopital-enfants

➤ www.hug-ge.ch/video/c-est-comment-operation

Ton hospitalisation

Ton arrivée dans le service

Si tu habites à Genève, tu rentres à l'hôpital le matin de ton opération. Si tu viens d'un autre canton, tu es hospitalisé-e, en principe, la veille dans le service d'orthopédie.

Ton intervention

Tu es pris-e en charge par un-e médecin anesthésiste et endormi-e au moyen de différents médicaments afin que tu ne ressentes pas de douleur. Une fois l'intervention terminée, tu te réveilles progressivement tout-e seul-e. Ensuite, tu es transféré-e en salle de réveil où tes parents peuvent te rejoindre. Là, des antidouleurs supplémentaires te sont donnés si nécessaire.

Après ton opération

Le jour suivant ton intervention, tu reçois des explications pour prendre soin de ton matériel. Tu apprends à :

- ▶ te désinfecter les mains systématiquement avant de toucher ton fixateur
- ▶ nettoyer la partie externe en métal qui dépasse avec un désinfectant s'appelant éthanol.

Le 4^e jour après ton opération, les infirmier-e-s effectuent pour la première fois le pansement dans ta chambre. Pour apaiser ton inquiétude et calmer les douleurs, des médicaments te sont proposés, notamment le gaz MEOPA. En le respirant, cela te détend, voire te fait rire. Il t'aide à bien supporter le soin. Tu dois être à jeun (ne rien boire ni manger) deux heures avant de le recevoir.

Les physiothérapeutes viennent pour bouger ton bras ou ta jambe. A ce moment-là, tu peux avoir des sensations inhabituelles :

- ▶ ton bras ou ta jambe te paraît plus lourd
- ▶ tu ressens des fourmillements ou des tiraillements.

Avec le temps, ces sensations deviennent de moins en moins gênantes.

Ta sortie

Tu restes à l'hôpital environ 7 jours. Avant ton départ le/la chirurgien-ne te remet ton « programme de correction » si tu en as besoin. Il/elle te montre ainsi qu'à tes parents comment bouger les petites bagues de mobilisation du fixateur. Ainsi, ton bras ou ta jambe se remet en place petit à petit.

Avant ta sortie, tu fais également la connaissance des infirmier-e-s de la consultation ambulatoire que tu reverras ensuite une fois par semaine.

Tes soins en ambulatoire

Tu viendras chaque semaine, aux consultations ambulatoires de l'Hôpital des enfants, pour les soins et les radiographies de contrôle. Cela dure au minimum 1h30. Durant la période d'allongement et de correction, une radio est effectuée à chaque visite. Ensuite, elle est réalisée toutes les trois semaines pour contrôler la consolidation.

La douche ou le bain

Le jour du soin, tu peux prendre une douche complète aux consultations ambulatoires. Pense à prendre des vêtements de rechange et surtout un maillot de bain. Il est important que ton bras ou ta jambe soit bien lavé-e. Pour les plus petit-e-s, prendre un bain est aussi possible.



Au moment de la douche, ton fixateur est lavé et chaque insertion nettoyée.

Le soin

Ensuite, toutes les tiges, les insertions et ta peau sont nettoyées de façon stérile. Stérile, ça veut dire sans aucun microbe. C'est pourquoi l'infirmier-e porte un masque et des gants. Tu poses ton bras ou ta jambe sur un drap vert propre. Aux endroits où il y a des tiges, cela peut être un peu désagréable. Il est tout à fait possible de faire des petites pauses pour que ces sensations se calment, n'hésite pas à nous le demander.

Tu peux aussi, si tu le souhaites, participer au soin et l'équipe soignante te montre comment faire.



INFO

Les soins au lieu d'insertion du fixateur externe assurent la cicatrisation de la peau et préviennent l'infection au niveau des broches.



INFO

A la maison, avec tes parents, tu dois effectuer les réglages comme mentionné sur ton programme. Pense bien à le prendre avec toi lorsque tu viens à l'hôpital pour ton soin.

La visite du/de la chirurgien·ne

Il/elle vient pour évaluer la situation et répondre à tes questions ou celles de tes parents.

Quelques rappels

- ▶ Pense à toujours prendre ton programme d'allongement ou de correction avec toi si tu en as un.
- ▶ N'hésite pas à nous signaler tes craintes et tes douleurs. Si tu as mal ou peur, tu peux demander des calmants ou du MEOPA.
- ▶ Le soin dure au minimum 1h30.
- ▶ Prends un petit goûter avec toi et, si tu le souhaites, un jeu (tablette) ou de la musique avec des écouteurs.

Recommandations

- ▶ Utilise et manipule toujours les anneaux du fixateur pour soulever le bras ou la jambe concernée.
- ▶ Si les vérins bougent ou se décrochent, téléphone à l'infirmier·e et viens à l'hôpital vérifier l'état du fixateur.
- ▶ Appelle-nous et viens sans tarder à l'hôpital si, au niveau du fixateur, apparaît un écoulement, une douleur plus forte, une rougeur de la peau ou une odeur désagréable.

Ta vie

de tous les jours

La douleur

Au début, tu ressens des sensations plus désagréables que douloureuses, comme des démangeaisons, des brûlures, des fourmillements, des crampes. Cela ne sera pas tous les jours la même chose ni au même endroit. Si besoin, des médicaments te sont donnés afin de diminuer tout inconfort.

Si la peau te pique ou te démange, essaie de ne pas te gratter pour éviter de t'infecter. Parle-nous-en dès le début, car il existe des pomades ou des médicaments efficaces. Ton bras ou ta jambe peut enfler, c'est souvent normal. Surélève-le/la le plus souvent possible, même à l'école, au moyen d'un coussin ou d'une chaise par exemple.

N'oublie pas que lors de la période d'allongement, la peau est étirée. Parfois, une inflammation (ça brûle) et un léger écoulement apparaissent : rends-toi alors sans tarder à l'hôpital.

Ta toilette et tes soins

Tu peux te doucher à condition de ne pas mouiller le bras ou la jambe qui a le fixateur. Avec l'aide de tes parents, mets un sac plastique et laisse ton bras ou ta jambe à l'extérieur de la baignoire ou de la douche. Chaque fois que tu dois toucher ton fixateur, désinfecte-toi les mains avant avec le produit que nous t'avons donné. Tes ongles doivent être toujours propres et coupés court. N'essaye jamais de te raser les poils autour du fixateur, ils risquent de pousser plus vite et plus long.

! ATTENTION

Pense à te laver souvent les mains durant la journée. Tous les soirs avec tes parents, désinfecte tout l'appareil minutieusement avec l'éthanol que nous t'avons donné. Ton fixateur doit toujours être impeccable.

+ INFO

Pour mesurer un appui de 15 kilos, appuie sur une balance avec ton pied jusqu'à ce qu'elle indique 15 kilos.

Ton habillement

L'équipe conseille tes parents pour adapter les vêtements à ton fixateur. Avec des scratches, des boutons-pression, des rubans, ils trouvent des solutions pour t'habiller. Tes vêtements doivent toujours être bien propres.

Si le fixateur est sur ta jambe :

- ▶ évite les chaussettes qui te serrent la cheville, car elles empêchent alors le sang de bien circuler et ton pied peut gonfler
- ▶ mets des chaussures basses, comme des baskets, pour bien tenir ton pied et avoir un bon équilibre.

Ton autonomie

Si le fixateur est au niveau de ta jambe, tu dois te déplacer avec des béquilles ou en fauteuil roulant tout le temps que dure le programme d'allongement ou de correction. Dès qu'il est terminé, tu peux commencer à poser ton pied au sol avec, au début, un appui d'environ 15 kilos. Ensuite, selon les résultats des radios, tu pourras poser ton pied complètement (charge complète). Plus tu marcheras, plus la consolidation de tes os se fera vite.

Ton alimentation

Mange de tout, mais plus particulièrement :

- ▶ des produits laitiers (yaourt, fromages, etc.) contenant du calcium pour consolider tes os
- ▶ des protéines (viandes, poissons, lentilles, œufs) pour aider à cicatriser
- ▶ des fruits et légumes (cinq par jour) riches en vitamines.

Pense à boire suffisamment d'eau durant la journée pour bien t'hydrater.

Ta rééducation

Le/la chirurgien-ne te prescrit des séances de rééducation pour mobiliser tes articulations et te remuscler. Tu apprendras également des exercices pour reprendre de la force.

Ton sommeil

Les premières nuits, il te sera peut être compliqué de trouver une bonne position, confortable et sans gêne. Utilise des coussins ou tes peluches pour caler ton bras ou ta jambe.

Ton moral

Le traitement est long. Il va durer plusieurs mois. Tes parents et les infirmier-e-s sont là pour t'encourager, te soutenir et te distraire pendant les soins. Au début, si tu as peur, si tu es inquiet-e ou si tu as mal, parles-en à l'équipe qui s'occupe de toi. Elle fera tout son possible pour que tu sois à l'aise.

En cours de traitement, il est possible que tu n'aies plus envie de faire les soins, que tu trouves cela injuste. Dans ce cas-là, essaie de penser à un souvenir agréable, à une histoire plaisante, cela va t'aider. Tes parents sont aussi là pour t'écouter, te réconforter, même s'ils peuvent se montrer un peu fermes et insister pour que tu acceptes les soins.

La fin du traitement

Dès que ta jambe ou ton bras est solide, le/la chirurgien-ne retire le fixateur au bloc opératoire. Pour cela, tu es à nouveau endormi-e. Tu rentres chez toi le soir même de l'opération. La peau se referme ensuite toute seule en quelques jours. Le plus souvent, pour terminer la consolidation de l'os, on te pose un plâtre pendant l'intervention.

Les questions fréquentes

Est-ce que je vais avoir mal ?

Il est important que tu dises chaque fois que tu as mal pour qu'on trouve avec toi un moyen de diminuer les douleurs : médicaments, position dans le lit, etc.

Est-ce que je pourrai marcher avec ce « truc » ?

Oui. Dès que ton os est suffisamment solide, c'est le/la chirurgien·ne qui te donne l'autorisation et t'explique avec quelle charge appuyer.

Comment vais-je m'habiller ?

Avec des vêtements adaptés par tes parents.

L'eau va-t-elle entrer dans le trou des broches ?

Non. Elle reste en surface et ne pénètre pas à l'intérieur.

Comment se ferment les trous des broches après ?

La peau se referme toute seule comme après une petite blessure.

Est-ce que je vais avoir un plâtre ?

Le plus souvent oui pour terminer la consolidation, mais tu peux marcher avec.

Informations pratiques

Contact

Consultations ambulatoires sur rendez-vous :

☎ 022 372 40 01

En cas d'urgence :

☎ 079 553 42 44 (consultations ambulatoires),
de 8h30 à 17h, du lundi au vendredi

☎ 022 372 47 71 (orthopédie pédiatrique) ou

☎ 022 372 45 55 (urgences pédiatriques),
dès 17h, ainsi que le samedi et le dimanche

Service des spécialités pédiatriques

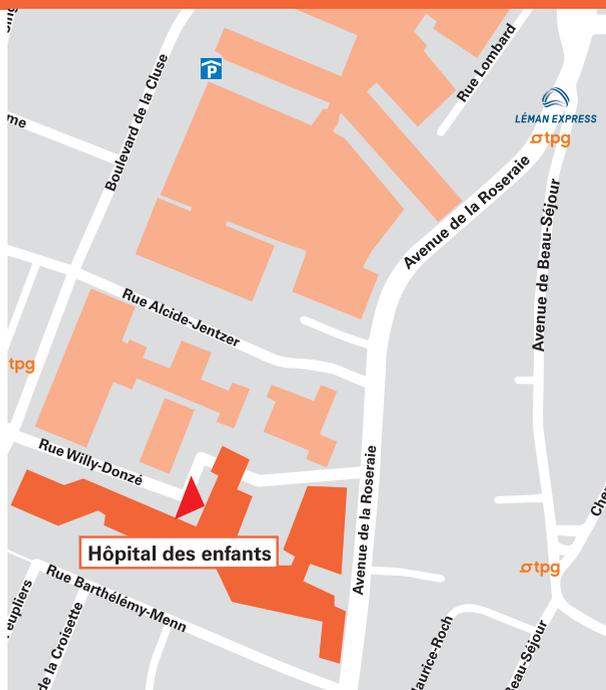
Hôpital des enfants
Rue Willy-Donzé 6
1205 Genève

Accès

Tram 12 et 18,
arrêt « Augustins »
Bus 35,
arrêt « Maternité-Pédiatrie »
Léman Express, arrêt
« Genève-Champel »

Parkings

H-Cluse et H-Lombard



Cette brochure a été réalisée par le Service des spécialités pédiatriques avec le Groupe d'information pour patient-e-s et proches (GIPP) des HUG.

Parents, vous êtes des partenaires

Le traitement de votre enfant va durer plusieurs mois. Il est précieux d'avoir une alliance forte entre vous, votre enfant et les soignant-e-s. Ce partenariat est essentiel. Les infirmier-e-s ont besoin de votre collaboration pour encourager, soutenir, distraire votre enfant pendant le soin. N'hésitez pas à lui expliquer que celui-ci doit absolument être réalisé.

Au début, il est normal d'éprouver de la peur ou de l'inquiétude. L'équipe soignante fait tout son possible pour vous aider à passer ce cap dans les meilleures conditions. N'hésitez pas à en parler si cela est difficile.

Les plus petit-e-s enfants ne comprennent pas les raisons du traitement et de ce fait peuvent se sentir agressés. Leur réaction normale est de se mettre en opposition : « Je ne veux pas ; laisse-moi ; ne me touche pas ; arrête... ». Ce rejet est très difficile à vivre pour la famille et peut également générer de la culpabilité.

Nous sommes là pour lui/elle

L'enfant pense que le/la soignant-e lui veut du mal et demande protection aux parents : vous pouvez canaliser sa peur et en lui rappelant que nous sommes tous/toutes là pour lui. Bien souvent, parler calmement, distraire l'enfant par un jeu, une chanson ou lui donner son goûter suffit à le/la détendre et à faciliter le travail du/de la soignant-e. Avec le temps, la confiance s'installe, l'enfant connaît les infirmier-e-s et le soin se déroule calmement.

L'adolescent-e comprend la finalité des soins, mais peut s'opposer ou se décourager dans la prise en charge quotidienne. Il/elle a besoin que vous l'accompagniez et supervisiez le bon respect des consignes. Rendez-le/la aussi attentif-ve aux prises de risque et aux dangers que représente une chute.

Sachez que tout au long du suivi, vous pouvez partager vos difficultés avec l'équipe médico-soignante qui vous apporte toute l'aide dont vous avez besoin.