



Chirurgie pulmonaire : et après ?

Kinésithérapie et réadaptation

Bonjour,

Vous sortez d'une opération pulmonaire. Maintenant, il est temps de reprendre votre vie en rentrant chez vous.

L'équipe des kinésithérapeutes du service de chirurgie cardiovasculaire et thoracique.

La première chose à faire

Prendre contact avec un kinésithérapeute afin de continuer votre rééducation. Vous avez reçu une prescription vous donnant accès à 20 séances de kinésithérapie (renouvelables jusqu'à 60 séances dans le cas où vous êtes passé par les soins intensifs).

En effet, la récupération de votre capacité respiratoire et physique demande du temps, mais aussi d'être actif dans son propre traitement.

Il est donc important de continuer les exercices respiratoires par vous-même et de rester en mouvement (marche quotidienne par ex).



Quelques recommandations

Pendant 4 à 6 semaines :

- Éviter de porter des charges lourdes (+ de 5kg) du côté de votre opération.
- Éviter les activités à risque de chocs et de chutes ainsi que les mouvements extrêmes qui vont mettre une tension dans la cicatrice.
- Éviter de baigner la cicatrice dans une eau stagnante (pas de bain, pas de piscine) afin de ne pas infecter votre plaie.
- Dormir uniquement sur le dos ou sur le côté opposé à la cicatrice.
- Il est recommandé de ne pas conduire durant cette période.

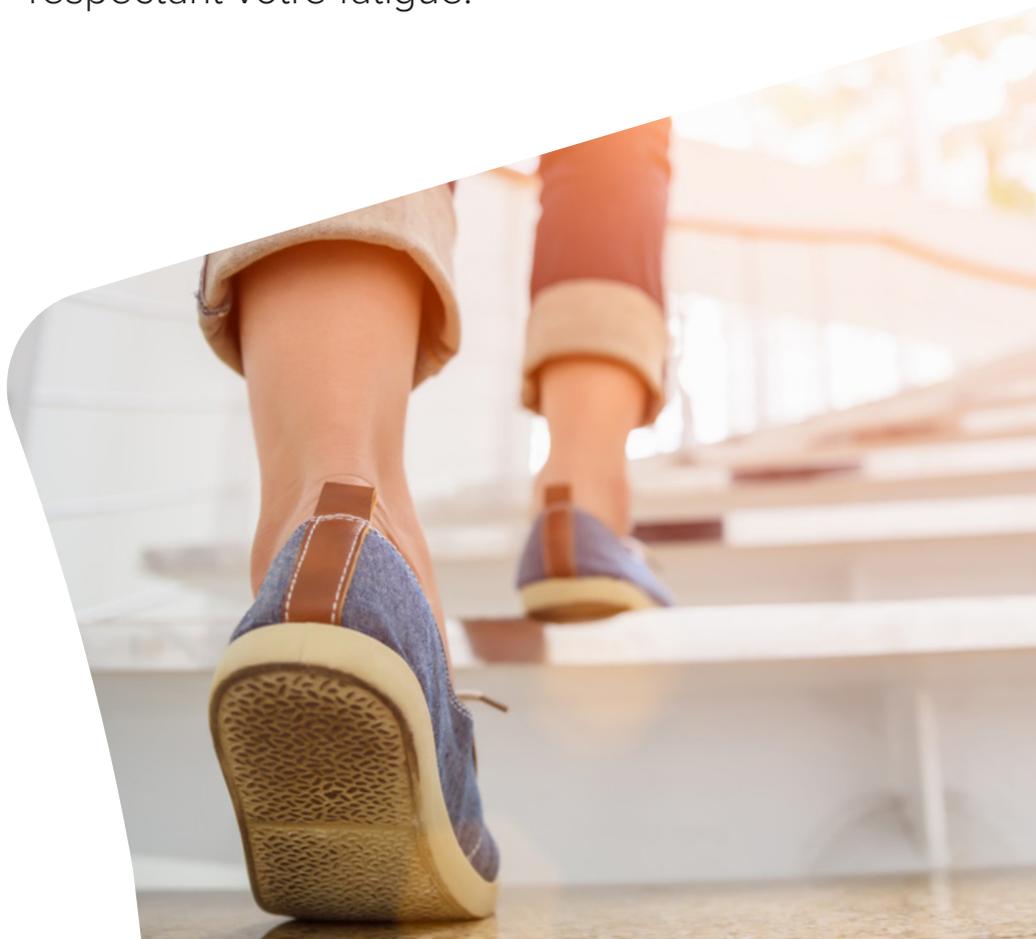
Ces recommandations ont pour but de favoriser la cicatrisation, d'éviter d'éventuelles complications et de diminuer les douleurs au niveau de la cicatrice.



Bouger, c'est guérir !

Le corps a besoin de mouvement pour se rétablir.

N'hésitez pas à bouger, vous promener...
Être actif, tout en écoutant votre corps et en respectant votre fatigue.



La réadaptation cardio-pulmonaire ?

Votre condition physique a diminué après cette opération.

La réadaptation cardio-pulmonaire est un bon moyen de récupérer vos capacités physiques et pulmonaires afin de reprendre une vie la plus normale possible et le plus rapidement possible.



Département cardiovasculaire

Service de chirurgie thoracique et vasculaire

Kinés unités 61-62

+32 2 764 60 43



**INSTITUT
CARDIOVASCULAIRE**

Cliniques universitaires **SAINT-LUC**
UCLouvain BRUXELLES

Ont participé à la réalisation de cette brochure:

Equipe des kinésithérapeutes de Chirurgie cardiovasculaire et thoracique

Editeur responsable: Thomas De Nayer / Service de communication

Photos: Shutterstock - Hugues Depasse

Cliniques universitaires Saint-Luc

Avenue Hippocrate, 10 – 1200 Bruxelles

saintluc.be

© Cliniques universitaires Saint-Luc

Vous souhaitez vous inspirer de cette brochure?

Merci de nous contacter préalablement.



*Soutenez Saint-Luc,
rendez-vous sur*
fondationsaintluc.be

IBAN: BE41 1910 3677 7110
Communication spécifique:
« Kiné & Ergothérapie »

Les dons de 40€ et plus sont
déductibles fiscalement.
D'ores et déjà merci !