

Vous avez récemment subi une intervention orthopédique



# La Prothèse Totale du Genou (PTG) :

## MISE EN PLACE ET REVALIDATION

Cette revue se veut être un soutien  
durant votre séjour dans notre centre  
de réadaptation fonctionnelle  
Léonard de Vinci



Octobre 2023

# 1. Anatomie du genou

Le genou est une articulation très sollicitée qui relie la cuisse à la jambe. Il permet de marcher et de supporter le poids du corps en le maintenant en station debout.

Il est constitué de trois parties osseuses : les condyles fémoraux, le plateau tibial et la rotule. Les surfaces osseuses sont recouvertes de cartilage afin de faciliter le glissement des os les uns sur les autres. L'articulation comprend également deux ménisques qui servent d'amortisseurs et une capsule articulaire qui englobe l'articulation. Celle-ci contient le liquide synovial qui lubrifie et protège le tout.

L'articulation est maintenue par des ligaments et des tendons qui lui permettent de s'accrocher aux muscles de la cuisse et de la jambe.

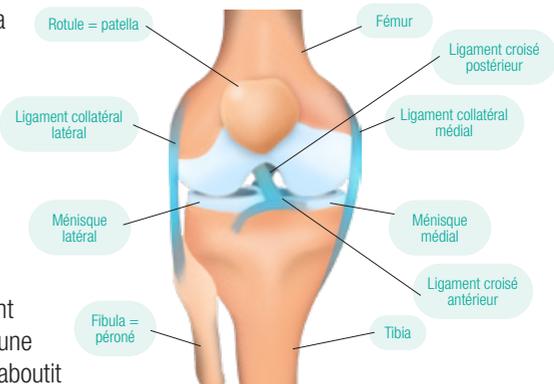
Pour en savoir plus nous vous invitons à visionner la vidéo :

 <https://www.cliniquedusport-bx.fr/Anatomie-du-genou>

## 2. La PTG

### Indications

L'arthrose du genou (gonarthrose) est l'indication la plus fréquente pour la mise en place d'une PTG. Elle génère une usure progressive du cartilage au niveau des surfaces articulaires de celui-ci. Des frottements anormaux provoquent des douleurs dites mécaniques, c'est-à-dire induites lors des mouvements (marcher, monter les escaliers...). La douleur est souvent combinée à un gonflement et à une raideur pouvant aller jusqu'à une déformation du genou. Cette douleur aboutit à une réduction du périmètre de marche.



Quand le traitement des symptômes devient insuffisant et en l'absence de contre-indications opératoires, le traitement chirurgical peut devenir une nécessité.

## Une PTG, c'est quoi ?

La PTG est constituée de 3 éléments : 2 pièces métalliques (une fixée sur le tibia, l'autre sur le fémur) qui glissent l'une sur l'autre grâce à un plateau central. Ce mécanisme médical va remplacer votre propre articulation.



### LES RISQUES

La formation de caillots et de phlébites sera évitée par l'administration d'anticoagulants et la pose de bas de contention. Ne perdez jamais de vue que la PTG est un corps étranger et que le risque d'infection est réel.

Il y a deux genres d'infections, celle qui se produira en post opératoire et celle qui peut apparaître beaucoup plus tard. Ne disposant pas de système immunitaire, la PTG sera menacée en cas de présence de microbes dans le sang. C'est pour cette raison que vous devez rester vigilant en cas de carie, infection urinaire, grippe... Consulter votre médecin traitant et votre chirurgien si des signes inflammatoires apparaissent tels que douleur, chaleur, gonflement, écoulement, fièvre..

## 3. La revalidation

Si le retour au domicile s'avère compliqué après votre intervention, le chirurgien peut vous proposer un transfert dans une unité de revalidation à Léonard de Vinci (médecine physique). Celle-ci est située sur le plateau de Vésale à Montigny-le-Tilleul. Dans ce service, des kinésithérapeutes et des ergothérapeutes vous accompagneront dans votre revalidation. Une demande de revalidation locomotrice devra être introduite par le service d'orthopédie.

### Le mot de l'assistante sociale :



**Durant votre séjour en revalidation, pensez à organiser votre future sortie.**

- ▶ Avez-vous une infirmière et un kinésithérapeute prêts à venir chez vous après l'hospitalisation ?
- ▶ Le domicile est-il aménagé ? Les tapis (risque de chutes) ôtés, lit installé au RDC, accès au wc, aide à la marche (béquilles, rollator)...
- ▶ Avez-vous une tierce personne qui peut vous véhiculer, faire vos courses, ménage, lessives... durant votre convalescence ?
- ▶ Après l'hospitalisation, vos séances de kinésithérapie et d'ergothérapie peuvent être organisées au centre de réadaptation de jour de Léonard de Vinci.

## 3.1 Préparation de votre séjour en revalidation

Ce dont vous devez vous munir pour votre admission :

- ▶ **Une liste de votre traitement médicamenteux reprenant le nom, le dosage et la posologie de chaque médicament.** Prenez-les également avec vous et remettez-les au service. La pharmacie pourrait ne pas être en mesure de nous fournir rapidement les médicaments spécifiques que vous pourriez prendre. Vos médicaments vous seront rendus dès réception par notre pharmacie. Sachez que vous ne pourrez prendre que les médicaments administrés par le service. Nous vous conseillons dès lors, de les faire ramener au domicile dès que possible.
- ▶ **Une paire de chaussures fermées et stables** (baskets, pantoufles fermées, chaussures de ville plates...).
- ▶ **Vêtements confortables pour la journée** (tenue de sport, jupes et robes dans lesquelles vous vous sentez à l'aise).
- ▶ **Des béquilles** si vous en possédez.
- ▶ **La carte d'identité, documents tels que mutuelle, assurance hospitalisation (médi-card), certificats, incapacité de travail...** Le certificat sera rangé dans votre dossier. Vous le récupérez complété et signé lors de votre départ.
- ▶ **Les radios** si elles ont été réalisées en dehors de l'I.S.P.P.C.
- ▶ **Des acomptes** pourront vous être demandés.

## 3.2 La revalidation, c'est une équipe pluridisciplinaire !

### ▶ L'ÉQUIPE PARAMÉDICALE

#### 1. LE PERSONNEL SOIGNANT

Le personnel soignant vous aidera à réaliser votre toilette, vous mobiliser. . .

- ▶ Votre **pansement** et la **pose de vos bas de contention** seront réalisés au lit notamment pour une question d'ergonomie.
  - ⊙ En règle générale, vos sutures seront ôtées par le personnel infirmier à partir du 21<sup>ème</sup> jour post-opératoire.
  - ⊙ La pose des bas de contention est stoppée sur ordre médical.
- ▶ Vos **repas** seront déposés en chambre. Il est possible, à votre demande, de rencontrer la diététicienne.
- ▶ **Planning de la journée** : vous serez informé chaque jour des différents rendez-vous : kinésithérapie, ergothérapie, examens... C'est de cet horaire que dépendra votre prise en charge par l'équipe soignante.

**Exemple** : si votre 1<sup>er</sup> RDV est à 9h, vous serez pris en charge de telle façon que votre toilette, vos soins et votre déjeuner soient terminés avant cette heure.

- ▶ Un **brancardier** viendra vous chercher en chambre et vous ramènera, une fois le RDV terminé.

## SURVEILLANCES PARTICULIÈRES

- ▶ La **prise en charge de la douleur** : après une telle intervention, votre chirurgien vous prescrira un traitement d'anti-douleur. Afin de mieux cerner votre douleur, nous utilisons un outil qui nous permet de calculer votre « EVA » (échelle d'auto-évaluation, réglette graduée de 1 à 10). En fonction du résultat, une adaptation de vos antalgiques peut être réalisée. Vous recevrez de plus amples explications quand vous serez hospitalisé.
- ▶ Le **transit** : après l'anesthésie, les médicaments et le manque de mobilité, il se peut que vous souffriez de constipation. Une procédure existe et nous permet d'agir en cas de soucis.

## 2. LES KINÉSITHÉRAPEUTES ET ERGOTHÉRAPEUTES

- ▶ Vous aurez une séance quotidienne avec le **kinésithérapeute** et l'**ergothérapeute** afin de restaurer l'activité musculaire, récupérer la flexion de votre genou et stimuler votre circulation sanguine. L'objectif de votre séjour en revalidation est de restaurer l'autonomie nécessaire en vue du retour au domicile.
- ▶ Le service de revalidation dispose de **tout le matériel nécessaire** : tribune, béquilles...  
Il vous est possible d'obtenir votre propre matériel en fonction de **certains critères INAMI** (béquilles, tribune...)

## 3. L'ASSISTANTE SOCIALE, LE PSYCHOLOGUE ET LA DIÉTÉTICIENNE ...

- ▶ L'**assistante sociale** peut vous accompagner en vue de planifier votre sortie future et ce, dans les conditions optimales. Elle peut également vous aider dans les démarches administratives...
- ▶ Le **psychologue** peut être un soutien durant votre hospitalisation, n'hésitez pas à le solliciter.
- ▶ La **diététicienne** peut adapter votre régime. Vous désirez profiter de votre hospitalisation pour perdre du poids, c'est possible.
- ▶ Le **tabacologue** : vous aimeriez arrêter de fumer, le tabacologue peut vous aider.

## ▶ L'ÉQUIPE MÉDICALE

Cette dernière se compose du **médecin réadaptateur** et de **médecins hospitaliers spécialistes**. Ces médecins assurent la continuité de votre prise en charge en collaboration avec votre **chirurgien**. L'équipe sera à l'écoute de tout problème médical lors de votre séjour mais il n'y a pas de visite journalière des médecins comme dans les services aigus. Des **radiographies** pourront être réalisées si nécessaire.

L'équipe se retrouve une fois par semaine afin d'échanger les informations vous concernant. Ceci nous permet de mieux cibler nos actions afin de vous permettre une réhabilitation adéquate et optimale.

### 3.3 Le jour de la sortie

- ▶ Vous êtes au préalable **informé de votre sortie** ;
- ▶ **Une ambulance ou un transport adapté** peut être commandé si personne ne peut venir vous chercher ;
- ▶ **Vos médicaments personnels** qui seraient restés en notre possession vous seront rendus ;
- ▶ Vous recevrez **les médicaments nécessaires** et ce pour 24 heures.
- ▶ Nous vous remettons **une enveloppe** comprenant :
  - ▶ Une prescription pour **une radio** (si nécessaire)
  - ▶ Un RDV chez **votre chirurgien**
  - ▶ Une prescription pour **le kinésithérapeute**
  - ▶ Une prescription pour **l'infirmière** (si nécessaire) + **une feuille de liaison** et **un récapitulatif** de votre séjour (un rapport d'hospitalisation provisoire de votre séjour en réadaptation )
  - ▶ La prescription de **vos médicaments** et **un récapitulatif** de votre traitement
- ▶ Le **certificat médical** destiné à la mutuelle vous sera remis à ce moment.

## 4. Apprendre à se mouvoir

Durant votre réhabilitation, vous allez apprendre à vous mouvoir en toute sécurité.

### 4.1 S'asseoir et se lever



⚠ Si vous êtes dans une chaise roulante, veuillez à mettre les freins.

## 4.2 Se coucher et se lever



## 4.3 Rester debout

Après ce type d'intervention il est conseillé de laisser son genou en décharge partielle 4 semaines et donc d'utiliser au moins une béquille durant ce temps.

Ensuite, évitez dans la mesure du possible de rester debout longtemps. Evitez les mouvements brusques.

## 4.4 Monter et descendre des escaliers

Utilisez des béquilles. Si vous n'en utilisez qu'une, prenez là du côté opposé au genou opéré.



Pour monter, mettez la jambe non opérée en premier.  
Pour descendre, positionnez la jambe opérée en premier.  
En présence d'une rampe, utilisez la béquille du côté opposé à cette dernière.

## 4.5 Ramasser un objet



Gardez la jambe opérée en arrière et pliez la jambe saine.  
Prendre appui avec la main apposée (sur une chaise par exemple).  
Ne pas s'accroupir sur le genou opéré !

## 4.6 Le matériel qui peut vous aider



Le réhausseur de WC



Le chausse-pied



La pince « attrape tout »

## 4.7 Autres

### ▶ EVITER LES CHUTES ET ADAPTER L'ENVIRONNEMENT

- ▶ Organiser votre domicile afin que tout soit à portée de main : chargeur portable branché à bonne hauteur... Eviter de devoir vous abaisser.
- ▶ Attention aux tapis, carpettes, fils électriques au sol, jouets d'enfant... qui pourraient induire une chute. Faites également attention aux marches, aux sols inégaux (les trottoirs, cours, sentiers...).
- ▶ Prenez de l'avance pour vos divers RDV afin d'éviter l'accident en voulant aller trop vite.

### ► REPRISE DE LA CONDUITE

Le délai varie d'une personne à une autre mais en général le patient peut reprendre la voiture après 5 à 6 semaines.

### ► REPRISE DU SPORT/D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

Afin d'avoir une réponse adaptée à votre activité, adressez-vous à votre chirurgien.

### ► REPRISE D'UNE ACTIVITÉ SEXUELLE

Les relations sexuelles peuvent être reprises dès que désiré. En effet, la douleur disparaît rapidement après l'intervention, il n'y a donc pas de contre-indication.

### ► LES PORTIQUES DE SÉCURITÉ...

En règle générale vous ne rencontrerez pas de soucis pour passer les portiques de sécurité et il n'y a pas de contre-indication pour réaliser des examens médicaux tel que la résonance magnétique...

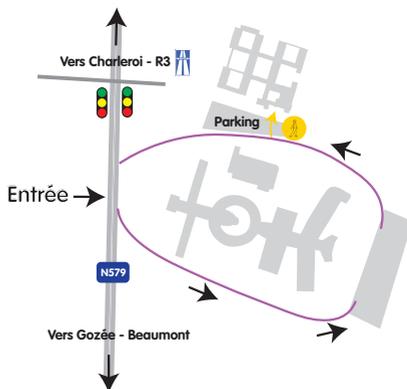
## Conclusion

Nous espérons que cette revue vous a rassurée et a répondu à vos attentes. Elle se veut être un support lors de votre revalidation parmi nous. Si vous avez d'autres questions, n'hésitez pas, notre équipe est à votre écoute.

Nous vous souhaitons une bonne revalidation !

# Informations pratiques

Hôpital Léonard de Vinci  
Rue de Gozée 706  
6110 Montigny-le-Tilleul



## ► Horaires des visites à l'hôpital Léonard De Vinci

- ▶ En chambre particulière : de 10h à 19h30.
- ▶ En chambre commune : de 15h à 19h30.

## ► Numéros utiles

- ▶ Renseignements généraux : ☎ 071/92.29.55
- ▶ Informations patients (accueil) : ☎ 071/92.04.34
- ▶ LV5 : ☎ 071/92.37.50
- ▶ Service social : ☎ 071/92.39.23
- ▶ Consultations et rendez-vous
  - ▶ Réadaptation : ☎ 071/92.37.42
  - ▶ Kinésithérapie : ☎ 071/92.29.55

