

Accouchement par césarienne

Instructions concernant les soins à la maison

Il est normal d'avoir de la douleur, une sensibilité au toucher, une enflure et des bleus au site opératoire pendant environ 2 à 4 semaines après l'intervention.

Activités

- Vous pouvez prendre une douche à la maison.
- Ne prenez pas de bain dans la baignoire. Attendez d'en parler à votre médecin.
- Augmentez graduellement votre niveau d'activité à mesure que vous reprenez des forces.
- Ne soulevez PAS d'objets qui pèsent plus que votre bébé.
- Ne montez PAS les escaliers plus de deux ou trois fois par jour.
- Ne conduisez PAS le temps que vous prenez des médicaments contre la douleur.
- Reposez-vous bien. Tâchez de demander à quelqu'un de vous aider à la maison pendant 2 ou 3 semaines.
- Avant de reprendre vos activités sexuelles, parlez-en à votre médecin.

Régime alimentaire

- Vous pouvez suivre un régime alimentaire sain et équilibré une fois chez vous.
- Buvez au moins huit verres d'eau par jour.
- Continuez à prendre vos vitamines prénatales ou vos multivitamines.
- Ne buvez PAS d'alcool jusqu'à ce que votre médecin vous en donne la permission.

Soin de la plaie

- Si possible, laissez la plaie exposée à l'air; vous pouvez porter une gaze légère s'il y a un léger écoulement.
- Examinez l'incision tous les jours pour voir si la rougeur, l'enflure ou l'écoulement ont augmenté ou s'il y a séparation de la peau.
- Nettoyez doucement l'incision avec de l'eau et du savon. Séchez en tapotant.
- N'utilisez PAS de tampons et ne vous administrez pas de douches vaginales.
- Avant de reprendre vos activités sexuelles, parlez-en à votre médecin.
- S'il vous faut tousser ou éternuer, tenez un oreiller contre vous pour atténuer la douleur.

Médicaments

- Prenez vos médicaments comme ils vous ont été prescrits par votre médecin.
- Ne prenez PAS d'Aspirine, car ce médicament peut causer des saignements.
- Votre médecin vous a peut-être prescrit un médicament contre la douleur qui contient un narcotique. Ce médicament peut causer la **constipation**. Si vous n'allez pas régulièrement à la selle, vous pouvez acheter un laxatif en vente libre. En cas de doute, parlez à votre pharmacien.

Appelez votre médecin si l'un des symptômes ci-dessous se manifeste. Si votre médecin n'est pas disponible, rendez-vous au Service des urgences.

- Écoulement jaunâtre et abondant de la plaie;
- Fièvre ou frissons;
- Saignements vaginaux abondants contenant des caillots ou écoulement vaginal qui sent mauvais;
- Douleur, rougeur ou enflure des jambes;
- Douleur à la poitrine;
- Douleur abdominale intense.