



ELIE  
CLINIQUE PRIVÉE

Chirurgie oto-rhino-laryngologie

## Soins généraux

La base des soins de votre plaie est simple : **lavez** la plaie au moins deux fois par jour, puis lavez la peau saine autour de celle-ci et, enfin, **protégez** la plaie. Pour ce faire, voici quelques consignes à respecter :

- Lavez toujours vos mains avec de l'eau et du savon **avant** de soigner votre plaie, vous éviterez de la contaminer.
- Ne pas utiliser de peroxyde, de l'alcool à friction, savon, salin ou autre désinfectant, car ils sont irritants pour la plaie. Utilisez seulement de la vaseline ou du polysporin (celui de votre choix) sur votre plaie.
- Lavez la plaie à l'eau claire, sans savon, afin d'enlever toute trace de saleté, de peaux mortes ou de débris qui favorisent l'infection.
  - a) En milieu rural (puit artésien), utilisez de l'eau bouillie à gros bouillons au moins une minute et refroidie. Par la suite, versez sur la plaie.
  - b) Pour les autres milieux, rincez à grande eau du robinet. Il faut laisser couler l'eau 5 minutes avant de l'utiliser.
  - c) Si vous préférez, vous pouvez vous procurer de **l'eau stérile** en pharmacie - pas du salin.
- Pour éviter que le pansement colle à la plaie, couvrez d'abord la plaie d'une fine couche de corps gras: polysporin ou vaseline.
- La douche est permise. Éviter toutefois de savonner la plaie. Par contre, **le bain est à éviter**, car l'eau est considérée contaminée.
- Pour contrôler la douleur, élevez la partie du membre atteint ou gardez le membre au repos. Au besoin, utilisez de l'acétaminophène (Tylenol) ou suivre la recommandation médicale.
- Comment savoir si la plaie est idéale ou pas? Une plaie idéale n'est ni trop sèche (pas de galle durcie) ni trop humide (pas d'écoulement ou de suppuration). Pour assécher la plaie: la garder à l'air libre. Pour l'humidifier: appliquer une fine couche de polysporin ou de vaseline.



**ELIE**  
CLINIQUE PRIVÉE  
Chirurgie oto-rhino-laryngologie

## Question spécifiques

### **Si la plaie coule:**

- Lavez d'abord la plaie. Recouvrez la ensuite d'un pansement (disponible à votre pharmacie) permettant une certaine aération. Celui-ci doit être absorbant afin d'accumuler les sécrétions et limiter le risque d'infection ou selon le traitement qui aura été recommandé.
- Changez le pansement, au besoin (lorsque l'écoulement apparaît sur le dessus du pansement).
- Si le bandage est collé à votre plaie, ne pas l'arracher avec force. Trempez plutôt votre plaie dans de l'eau tiède et retirez le pansement délicatement.
- Changez le pansement si il devient mouillé.

### **Si la plaie ne coule pas:**

- Lorsque la plaie est sèche, vous pouvez la laisser à l'air. Par contre, il faut protéger la plaie s'il y a risque de la salir ou lors de périodes d'activités pouvant blesser la plaie.
- Portez des vêtements confortables qui ne font pas pression sur la plaie.

### **Plaie au visage**

Nous recommandons d'éviter d'utiliser des pansements (à moins que vous soyez exposé à la poussière, dans quel cas il est préférable de couvrir la région) et d'utiliser du polysporin ou vaseline.



**ELIE**  
CLINIQUE PRIVÉE

Chirurgie oto-rhino-laryngologie

### **Plaie réparée avec des points de suture**

- Gardez un pansement pour au moins 2 jours.
- Ne mouillez pas la plaie les 2 premiers jours.
- Si la peau ou les points brisent, veuillez nous envoyer une photo de la plaie à [info@eliemd.com](mailto:info@eliemd.com) le plus rapidement possible pour nous puissions vous conseiller sur la marche à suivre.
- Si vous ne pouvez pas vous présenter pour faire enlever vos points à la date prévue, veuillez nous aviser le plus rapidement possible à [info@eliemd.com](mailto:info@eliemd.com) pour que nous puissions vous aider à faire les arrangements nécessaires.

### **Plaie réparée avec de la colle**

- Ne mouillez pas la plaie les 2 premiers jours.
- S'il y a un pansement, gardez-le pour au moins 2 jours.
- Si la plaie coule, référez-vous à la section « soins généraux » du document pour les soins de votre plaie.
- La colle tombera d'elle-même en 5 à 10 jours.
- Ne grattez pas la colle.
- N'appliquez pas de ruban adhésif directement sur la colle. Au besoin, appliquez un pansement.

### **Plaie réparée avec des diachylons de rapprochement**

- Ne mouillez pas la plaie les 2 premiers jours.
- S'il y a un pansement, gardez-le pour au moins 2 jours.
- Les diachylons doivent rester en place 10 jours au minimum.
- S'ils ont tendance à décoller, coupez la partie qui décolle.
- Après 15 jours, s'ils sont toujours en place, vous pouvez les enlever sans crainte.
- Si la plaie coule, référez-vous à la section « soins généraux » pour la soigner.

---

**DRE VALÉRIE JULIE BROUSSEAU**

BScH, MDCM, FRCSC  
ORL Chirurgie Cervico-Faciale  
Esthétique du Visage

5455, avenue de Gaspé, Suite 610  
Montréal, Québec  
H2T 3B3

514-944-0797  
[info@eliemd.com](mailto:info@eliemd.com)  
[www.eliemd.com](http://www.eliemd.com)



**ELIE**  
CLINIQUE PRIVÉE  
Chirurgie oto-rhino-laryngologie

## **Plaie ouverte**

- Effectuez seulement les soins de plaie généraux.
- Si la plaie a été cautérisée (que ce soit avec du nitrate d'argent ou à l'électricité) il est normal que la région devienne grise-noire ou encore qu'il y ait un liquide gris-noir-foncé qui coule: ceci n'est pas de l'infection.
- Protégez la plaie de la poussière avec un pansement au besoin.
- Assurez vous de retirer toute galle sèche après 72 heures car elle peut devenir un site d'infection et retarder votre guérison.

## **Signes à surveiller**

Voici les les signes généraux d'infection:

- fièvre supérieure ou égale à 38,5°C (101,3°F) qui persiste plus de 48 heures
- rougeur et chaleur qui grossit au pourtour de la plaie - une certaine rougeur est normale, mais après les premiers 48 heures, elle ne devrait pas grossir
- écoulement de jaunâtre et épais
- douleur qui augmente sans raison apparente

Si vous pensez avoir une infection, veuillez SVP nous envoyer un courriel à [info@eliemd.com](mailto:info@eliemd.com) avec une description de vos symptômes et une photo de la plaie.



**ELIE**  
CLINIQUE PRIVÉE

Chirurgie oto-rhino-laryngologie

## Trucs et astuces pour une meilleure guérison

- Ne laissez pas une galle sécher complètement: en plus de risquer qu'elle devienne un lieu d'accumulation de bactéries, elle est toujours un obstacle à la guérison.
- Après la guérison complète de la plaie, utilisez de la crème solaire sur la région atteinte pour environ 6 mois afin d'éviter une décoloration de la peau.
- Certaines personnes aiment mettre de la vitamine E sur leur plaie. Attention! L'usage de vitamine E pendant plus d'une semaine peut causer une décoloration permanente de la peau au site de la cicatrice! Donc ne pas l'utiliser plus de 7 jours.
- À propos des onguents antibiotiques... Ne les utiliser que sur recommandation d'un professionnel. Si tel est le cas, nettoyez bien la peau avant chaque application, n'appliquez qu'une mince couche et ne l'appliquez pas directement à partir du tube afin d'éviter de le contaminer (utiliser un coton-tige, par exemple).
- Il est normal que la région de la peau 'pique' ou démange durant le processus de guérison. Évitez de vous gratter car cela risque d'empêcher une bonne guérison. Si vous avez de la difficulté à vous retenir, appliquez un peu d'onguent ou mettez un pansement sur la région pour la protéger.
- Si, dans les mois qui suivent la guérison, vous notez que la cicatrice veut enfler, veuillez nous contacter rapidement avec une photo de la lésion pour que nous puissions évaluer la plaie - certaines personnes font des plaies hypertrophiques ou des kéloïdes et il est beaucoup plus facile de les prévenir que de les traiter par la suite!

## En cas de problème

Envoyez-nous une photo de votre plaie en répondant à ce courriel ou à [info@eliemd.com](mailto:info@eliemd.com).

Si la situation est plus urgente, vous pouvez tenter de nous rejoindre au 514-944-0797. Avisez le personnel que vous avez été opéré et décrivez votre problème le plus clairement possible

---

**DRE VALÉRIE JULIE BROUSSEAU**

BScH, MDCM, FRCSC  
ORL Chirurgie Cervico-Faciale  
Esthétique du Visage

5455, avenue de Gaspé, Suite 610  
Montréal, Québec  
H2T 3B3

514-944-0797  
[info@eliemd.com](mailto:info@eliemd.com)  
[www.eliemd.com](http://www.eliemd.com)