

***Lettre d'information au patient
Arthroscopie du genou pour lésion méniscale***

Polyclinique du Parc Toulouse

Vous avez été opéré d'une arthroscopie du genou pour lésion méniscale.
En complément de l'information pré-opératoire, je vous apporte les précisions suivantes :

Après une arthroscopie du genou, ce dernier reste gonflé 3 à 6 semaines en fonction de la pathologie, l'âge et le type d'activité.

En fonction de vos antécédents personnels, je vous ai prescrit un traitement anti-inflammatoire et antalgique, parfois associé à un traitement préventif anticoagulant pendant 1 semaine.

Durant les premiers jours suivant l'intervention, je vous recommande de se reposer, d'éviter de trop marcher, d'appliquer des vessies de glace au moins deux fois par jour pendant 20 à 30 minutes et de faire des exercices de contraction des muscles de la cuisse sans décoller le talon du lit pendant 10 à 15 secondes plusieurs fois par jour.

L'accroupissement ou la position à genoux, mouvements les plus contraignants, reste difficiles plusieurs mois (3 – 6 mois) après l'intervention.

La rééducation est commencée environ une semaine après l'intervention lorsque les douleurs auront diminué.

La conduite automobile est autorisée dès que vous vous en sentez capable, en moyenne vers le 15^{ème} jour.

La pratique d'activités plus intenses, comme le sport, peut en général, être débutée à partir du 45^{ème} jour post-opératoire.

Ce calendrier est donné à titre indicatif et pourrait être différent d'un patient à un autre.

Si durant toute la période post-opératoire, un évènement inhabituel vous semblait survenir, n'hésitez pas à me contacter à mon cabinet.