



Série « La psychologie peut vous aider » : Préparation préopératoire

« Il faut vous opérer ». Ces mots peuvent rapidement réveiller certaines peurs : face à la douleur, à votre santé, aux lésions et à la mutilation que pourrait subir votre corps, aux complications et même, face à la mort. Même si la réussite de toute intervention chirurgicale dépend énormément des compétences de l'équipe chirurgicale, d'autres aspects du processus, tels que la préparation préopératoire du patient, sont tout autant essentiels au bon rétablissement.

Les médecins sont tenus, avant toute chirurgie, d'aider les patients à comprendre le déroulement de l'intervention, ainsi que ses conséquences possibles. À notre époque où le monde de la médecine et des soins de santé est lui aussi soumis aux contraintes de temps, la préparation des patients devant cette épreuve qu'est une chirurgie est devenue un aspect important des soins chirurgicaux globaux. Plus que jamais, cette question revêt une importance considérable car, à la suite des récentes réformes du système de soins de santé, qui mettent au premier plan l'efficacité et la rentabilité, les séjours à l'hôpital, après une intervention chirurgicale, se font de moins en moins longs.

Ces changements ont conduit à l'augmentation du nombre de « chirurgies d'un jour » (opération le jour de l'admission, sans passer la nuit à l'hôpital). De plus, le rythme rapide du processus d'admission laisse peu de temps pour préparer le patient à une chirurgie qui sera pratiquée le jour même.

Qu'entend-on par « préparation préopératoire »?

On emploie couramment le terme « préparation préopératoire » pour décrire un service de soins de santé par lequel le patient reçoit des renseignements importants sur la chirurgie qu'il subira; ce service est dispensé quelque temps avant l'admission à l'hôpital. En général, dans le cadre de la plupart des programmes préopératoires, on fournit aux patients les renseignements que voici :

- le moment où la personne doit arriver à l'hôpital
- l'endroit où il faut s'inscrire ou procéder à l'admission
- les articles qu'il faut apporter (en particulier, si la personne passe la nuit à l'hôpital)
- l'intervention chirurgicale que le patient doit subir, qui a été abordée en détail pendant l'évaluation préopératoire effectuée par le chirurgien
- les médicaments à prendre avant et après l'opération, tels que les analgésiques et les anesthésiques
- les effets probables que le patient ressentira après la chirurgie



- les mesures que peut prendre le patient, après la chirurgie, pour faciliter son rétablissement (p. ex. soins auto-administrés et programmes d'exercices postopératoires pertinents)
- la durée moyenne du séjour à l'hôpital avant le retour à la maison
- des conseils sur la façon de préparer, à la maison, la période de convalescence, qui débutera lorsque le patient aura reçu son congé de l'hôpital (selon son niveau de fonctionnement physique et psychologique après l'opération)
- un plan de « retour à la maison » ou, en d'autres termes, désigner une personne qui aidera le patient à son départ de l'hôpital et à son arrivée à la maison

Quelles sont les approches courantes utilisées dans le cadre de la préparation préopératoire?

Tout comme la quantité d'informations préopératoires fournies aux patients varie, il existe une panoplie de méthodes utilisées dans les programmes de préparation préopératoire. Par exemple, ces programmes peuvent inclure des rencontres individuelles ou de groupe avec le médecin ou l'infirmière, ou avec les deux, de la documentation envoyée par la poste, des vidéos d'information et des sites Web, toutes ces méthodes étant destinées à transmettre des renseignements importants pour le patient.

Le personnel de soins de santé s'efforce de trouver des moyens de transmettre aux personnes des informations faciles à comprendre et faciles à utiliser. Mais il faut aussi se rappeler qu'il n'est pas toujours possible d'offrir des programmes de préparation préopératoire, notamment lorsqu'une intervention chirurgicale doit être pratiquée d'urgence. Mais le plus souvent, les chirurgies qui sont planifiées et prévues à l'avance (c'est-à-dire les opérations chirurgicales non urgentes) sont précédées de programmes d'information préopératoire.

Comment la préparation préopératoire peut-elle m'aider?

Nous savons que la préparation psychologique en vue d'une opération et de la convalescence aide les patients à faire face plus efficacement à une chirurgie. On a pu associer la préparation postopératoire à un nombre moins élevé de complications, à une meilleure satisfaction de la part du patient, à des séjours à l'hôpital plus courts et à un bien-être psychologique plus positif. Les programmes de préparation préopératoire se sont aussi révélés efficaces pour réduire la douleur, les malaises et l'anxiété et préparent les patients à suivre des plans de traitement auto-administré après l'intervention chirurgicale.

Aspects importants de la préparation préopératoire

La préparation préopératoire semble aider les personnes à prendre conscience de ce qui les attend et à apprendre à jouer un rôle plus actif dans leur rétablissement. Il est important de préciser que les effets positifs découlant de la préparation préopératoire semblent provenir du fait qu'elle améliore l'interaction entre le patient et le personnel de soins de santé après la chirurgie et qu'elle encourage les patients à



adopter des comportements qui favorisent l'auto-guérison (p. ex. respiration profonde, toux, relaxation et exercices).

Le processus préparatoire peut aider les patients, qui doivent subir une chirurgie, à exprimer leurs attentes, leurs craintes et les habiliter à gérer la détresse et la douleur qui accompagnent la chirurgie; en retour, l'équipe de soins de santé est mieux préparée à répondre aux besoins des patients. Il semble que les patients qui, après une opération, sont moins actifs dans leur rétablissement, ne tirent pas autant profit des bienfaits de la préparation préopératoire que les autres patients. Bien sûr, plusieurs patients considèrent les établissements de soins de santé comme des endroits plutôt intimidants et ont l'impression qu'ils sont étrangers à tous ces « efforts » que suppose le rétablissement.

Que nous réserve l'avenir?

Pour de nombreux Canadiens qui doivent subir une intervention chirurgicale, la préparation préopératoire est un aspect essentiel de la chirurgie proprement dite; il semble bien qu'elle devient un instrument efficace pour aider les personnes qui se retrouvent sur la voie du rétablissement. Elle aide les patients à bien comprendre ce qui les attend et le rôle qu'ils joueront dans le processus de rétablissement.

De plus, lors de la préparation préopératoire, les patients reçoivent toute l'information nécessaire pour apaiser leurs craintes et leurs inquiétudes. En s'appuyant sur les avantages que la recherche clinique a su identifier, les psychologues et d'autres professionnels de la santé ne cessent d'explorer de nouveaux moyens d'aider les patients à se préparer à une chirurgie.

Des travaux de recherche récents visant à améliorer la préparation préopératoire ont fait appel à des ordinateurs interactifs. Par exemple, l'enseignement assisté par ordinateur (EAO) pourrait bien se révéler plus efficace que les documents écrits; en effet, certains projets de recherche laissent supposer que l'EAO permettrait d'améliorer la compréhension des patients, quant au déroulement de la chirurgie, et leur satisfaction à l'égard de celle-ci.

Des programmes de ce genre intègrent des messages enregistrés sur bande magnétique, vidéos, images fixes et segments de graphiques animés, dans le but de préparer le patient à la chirurgie qu'il subira. En outre, ces programmes de préparation préopératoire permettent aux patients de personnaliser, selon leurs besoins, le niveau et la complexité de l'information qu'ils souhaitent obtenir. On ne cesse d'ailleurs d'explorer d'autres méthodes, nouvelles et novatrices, pouvant s'appliquer aux programmes de préparation préopératoire, toujours dans le but d'améliorer la qualité de la prestation des soins aux patients.

Vous pouvez consulter un psychologue autorisé pour déterminer si les interventions psychologiques peuvent vous venir en aide. Les associations de psychologie provinciales et territoriales ainsi que certaines associations municipales offrent souvent des services d'aiguillage. Pour obtenir le nom et les coordonnées des associations provinciales et territoriales en psychologie, visitez

<http://www.cpa.ca/publicfr/Unpsychologue/societesprovinciales/>.



Ce feuillet d'information a été préparé pour la Société canadienne de psychologie par D^r Joel Katz et D^r Dean Tripp de l'Université York et de l'Université Queen's, respectivement.

Dernière révision : mars 2009

Votre opinion est importante! Veuillez communiquer avec nous pour toute question ou tout commentaire sur les feuillets d'information de la série « La psychologie peut vous aider » : factsheets@cpa.ca.

Société canadienne de psychologie
141, avenue Laurier Ouest, bureau 702
Ottawa (Ontario) K1P 5J3
Tél. : 613-237-2144
Numéro sans frais (au Canada) : 1-888-472-0657