

Se préparer à une opération à la colonne vertébrale

Bas du dos ou cou



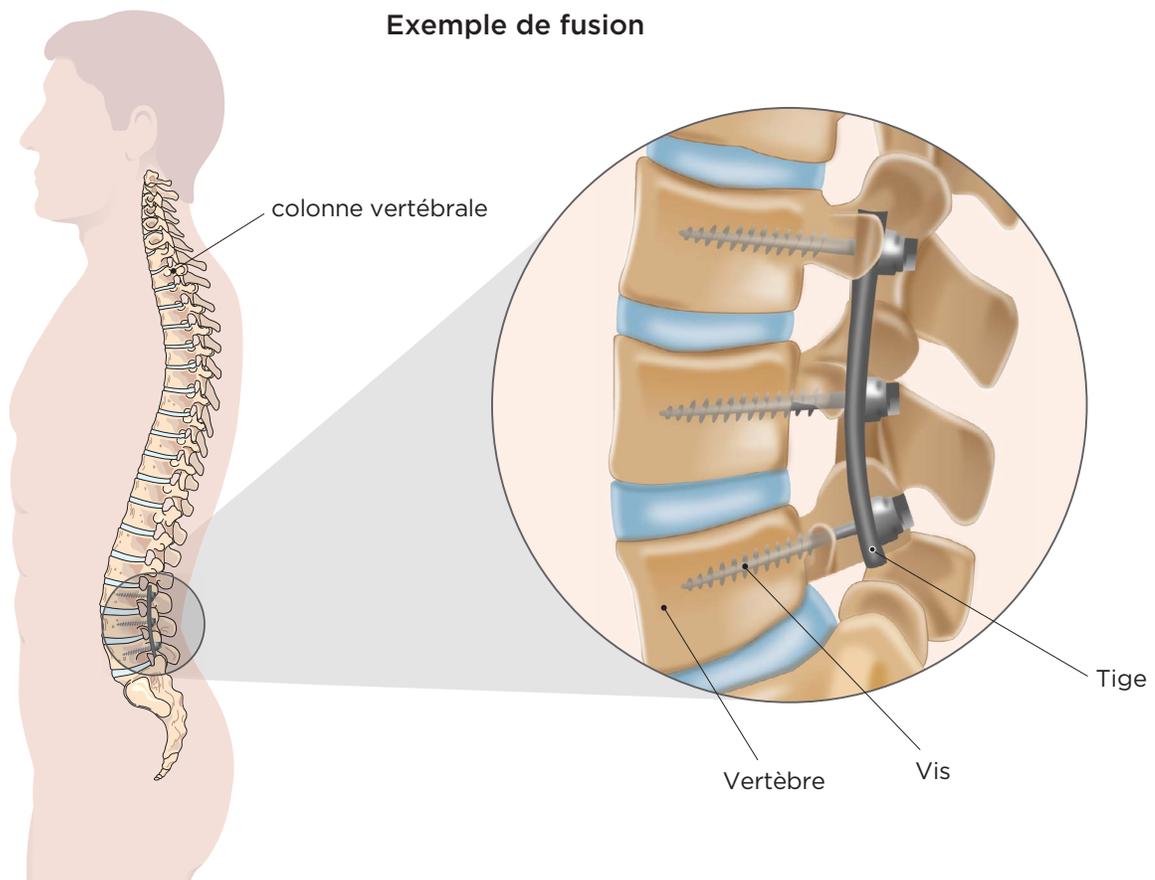
Vous serez bientôt opéré au cou ou au dos pour soulager une pression sur votre colonne vertébrale. Cette fiche vous explique l'opération et vous donne des conseils pour vous y préparer.

En quoi consiste l'opération ?

On enlève des tissus, des bouts de vertèbres ou des fragments d'os qui font une pression sur la moelle épinière ou les racines de certains nerfs. Cette première étape s'appelle une **décompression**.

La plupart du temps, on renforce ensuite la colonne à l'aide de différentes interventions. Par exemple, on peut faire une greffe d'os ou poser des vis, des tiges ou des plaques. C'est ce qu'on appelle une **fusion**.

Exemple de fusion



Pourquoi devrais-je être opéré?

Ce type d'opération est fait dans différents cas :

- **Sténose spinale.** Le canal qui contient la moelle épinière rétrécit. Cela est dû à l'usure des articulations (arthrose). Il se crée alors de petites pointes osseuses qui compriment la moelle.
- **Fracture de la colonne vertébrale.** Une ou plusieurs vertèbres se sont brisées à la suite d'un choc, comme une chute ou un accident de voiture.
- **Infection d'une vertèbre.** Cela peut causer des dommages importants à la vertèbre. Une poche de pus qu'on appelle un abcès peut aussi se former. Tout cela peut déformer la colonne et comprimer la moelle épinière.
- **Scoliose (déformation de la colonne).** Elle peut être présente depuis l'enfance ou s'être formée avec le temps.
- **Cancer.** Des cellules cancéreuses qu'on appelle métastases peuvent voyager dans le corps jusque dans les vertèbres. Elles peuvent alors se multiplier et former une tumeur. Celle-ci peut comprimer la moelle épinière ou causer une fracture.

Ces problèmes de santé peuvent faire très mal. Ils peuvent aussi s'accompagner de :

- faiblesse des muscles
- engourdissement
- perte de sensations
- paralysie
- difficulté à marcher
- incontinence urinaire ou anale

L'opération peut soulager certains symptômes ou empêcher leur progression. Les améliorations peuvent prendre jusqu'à un an pour se faire sentir. Toutefois, les douleurs ne partent pas toujours.

Quels sont les risques?

Il y en a, mais ils sont rares. Voici les principaux :

- infection dans la zone opérée
- nouvelles douleurs dans la zone opérée
- problème au système nerveux : engourdissement, maux de tête, baisse de la force des muscles ou difficulté à coordonner ses membres
- accumulation de sang dans les tissus (hématome)

Combien de temps vais-je rester à l'hôpital?

Cela dépend de l'étendue de l'opération et de votre état. Vous pourrez partir dès que vous serez stable d'un point de vue médical et que vous pourrez vous déplacer.

La durée de l'opération elle-même est très variable. Votre chirurgien vous dira combien de temps elle prendra dans votre cas.

Comment me préparer à l'opération?

Voici les consignes à suivre.

ALIMENTATION

Pour savoir ce que vous pouvez ou ne pouvez pas manger et boire la veille et le jour de l'opération, lisez la fiche santé [***Pour récupérer plus vite après une opération.***](#)



ACTIVITÉS

Restez actif avant votre opération. Vous pouvez faire toutes les activités qui ne causent pas de nouveaux symptômes ou qui n'aggravent pas ceux que vous avez déjà. Cela vous aidera à bien récupérer après l'opération.



Bouger moins longtemps, mais plus souvent peut aider à rester actif sans avoir trop de douleur.

MÉDICAMENTS

Suivez les indications qu'on vous donne pour vos médicaments. De plus, vous devez cesser de prendre certains médicaments ou produits de santé naturels avant une opération. Parlez-en à votre médecin ou à l'infirmière.

TABAC ET ALCOOL

Fumer et boire de l'alcool augmente le risque d'infection après l'opération. Surtout, cela ralentit la guérison. On conseille donc fortement d'arrêter de fumer et de boire de l'alcool de **4 à 8 semaines avant** l'opération et pendant **8 semaines après**.

Vous pouvez avoir de l'aide. Voir la fiche santé [Cesser de fumer avant mon opération.](#)



Pour plus d'information sur la préparation, lisez la fiche santé [Bien me préparer avant mon opération.](#)

Comment se déroule l'opération?

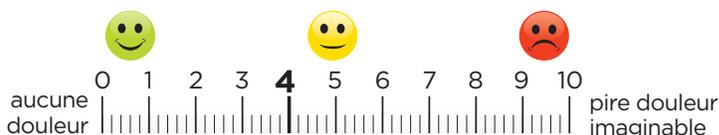
On vous endort le temps de l'opération (anesthésie générale).

Le chirurgien fait une ouverture dans le dos ou derrière le cou. Puis, après l'opération, il referme la plaie avec des agrafes ou des points de suture.

Que se passe-t-il après l'opération?

L'infirmière vérifie souvent comment vous allez et si vous avez mal. Elle fait ce qu'il faut pour soulager votre douleur en cas de besoin.

Ne laissez pas votre douleur dépasser un niveau de 4 sur 10 (10 étant la pire douleur imaginable). En effet, plus une douleur est forte, plus il est difficile de la soulager.



Si vous avez mal, n'hésitez pas à demander des antidouleurs à votre équipe de soins.

Selon la raison de votre opération, vous aurez peut-être un drain qui sort de la plaie, une sonde dans la vessie, un cathéter dans le bras, etc. Ils seront enlevés dès qu'ils ne seront plus nécessaires.

En général, vous pourrez vous lever le jour même ou le lendemain de l'opération avec l'aide de l'équipe de soins. Lisez la fiche santé [Me lever et bouger après mon opération.](#) Vous pourrez peu à peu recommencer à manger, à bouger et à aller aux toilettes.

Vous aurez peut-être besoin d'une marchette pour vous déplacer pendant quelque temps. On vous en prêtera une pendant que vous serez à l'hôpital.

Votre chirurgien pourrait aussi vous recommander de porter un corset autour de la taille, un corset autour du torse ou un collet autour du cou pendant 6 à 8 semaines.



Corset autour du torse



Collet autour du cou

Vous devrez le porter en tout temps sauf pour dormir, prendre une douche et manger. Votre équipe de soins vous dira comment le mettre après l'opération.

Autour de la plaie, vous pourriez :

- avoir des picotements
- être engourdi
- avoir une perte de sensation

C'est normal. En général, cela disparaît en quelques mois.

Vous pourrez reprendre votre alimentation habituelle peu à peu, selon votre état.

Quand pourrai-je reprendre mes activités?

Il faudra attendre quelques semaines. Voici une idée du temps que vous devrez attendre :

- **Effort** : Pendant 6 à 8 semaines, ne soulevez pas d'objet plus lourd que 2,5 kilos (5 livres), soit le poids d'une grosse bouteille de boisson gazeuse.
- **Retour au travail** : 2 à 6 mois, selon votre type d'emploi. Votre médecin dira quand vous pourrez travailler.
- **Conduite automobile** : Cela dépend de chaque cas. Votre médecin vous dira quand vous pourrez reprendre cette activité.
- **Sports sans contact** : Vous pouvez marcher et faire du vélo stationnaire tout de suite. Attendez au moins 2 mois pour les activités avec risques de chutes ou de chocs, comme faire du vélo sur route ou promener un chien avec une laisse.
- **Sports avec chocs répétés, comme le hockey, le ski alpin, le golf et la course** : Attendez au moins 1 an. Ensuite, parlez-en à votre chirurgien avant d'en faire.
- **Relations sexuelles** : Vous pouvez reprendre vos activités sexuelles selon votre tolérance à la douleur.

À quoi m'attendre après l'opération?

Ce sera moins facile de bouger et vous serez moins fort. Préparez-vous à l'avance. Voici quelques conseils :

- Mettez au congélateur des plats cuisinés.
- Vérifiez si votre épicerie et votre pharmacie livrent à domicile.

- Dites à vos proches que vous aurez besoin d'aide pour les tâches ménagères, les courses ou les soins de vos animaux de compagnie. Selon votre situation, vous pourriez aussi avoir besoin d'aide pour vous laver.
- Vous pourriez avoir besoin d'une chaise de douche, d'une canne ou d'une marchette. Louez-les ou empruntez-les à une pharmacie ou un centre spécialisé.

Vous aurez plus d'information dans les fiches santé [Soins après une opération de la colonne vertébrale - Bas du dos](#) ou [Soins après une opération de la colonne vertébrale - Cou](#).

À qui parler pour mes rendez-vous?

Pour annuler ou déplacer le rendez-vous de l'opération, appelez le Centre des rendez-vous, en semaine :

 **514 890-8051 ou 1 855 769-5842 (sans frais)**

À qui poser mes questions?

Vous pouvez appeler la Clinique de neurochirurgie, au **514 890-8123**, ou celle d'orthopédie, au **514 890-8406**.



RESSOURCES UTILES

Il existe d'autres fiches santé du CHUM. Demandez à votre équipe de soins quelles fiches peuvent vous aider.



Vous pouvez aussi les lire sur Internet.
chumontreal.qc.ca/fiches-sante

Le contenu de ce document ne remplace en aucun cas les conseils de votre professionnel de la santé.

Pour en savoir plus sur le Centre hospitalier de l'Université de Montréal
chumontreal.qc.ca