

Vous allez bénéficier d'une intervention chirurgicale du colon et vous avez été informé(e) par votre chirurgien de la réhabilitation post-opératoire rapide - **Fast Track**.

Ce document vous explique les **principes** et les différentes **étapes** de cette prise en charge.

Vous êtes invité(e) à le lire attentivement, l'équipe médicale et soignante restant à votre entière disposition pour répondre à vos questions.

Qu'est-ce que le Fast Track ?

La réhabilitation rapide ou Fast-Track est un mode d'approche de l'intervention chirurgicale qui vous permet de retrouver rapidement votre autonomie.

Les grands principes du Fast Track

- **Continuer l'alimentation et l'hydratation** le plus tard possible avant l'intervention et les reprendre le plus tôt possible après celle-ci afin que le transit intestinal redémarre au plus vite.
- **Vous lever dès votre retour en chambre** après l'intervention pour maintenir le tonus musculaire et une bonne respiration.
- **Gérer votre douleur** de manière optimale pour éviter qu'elle n'entrave le retour rapide à l'autonomie.
- **Vous permettre un retour rapide à l'autonomie** pour diminuer le risque de complications post-opératoires (infections pulmonaires, thrombophlébites,...).

Les différentes étapes

La veille de l'intervention

- **Admission entre 14 et 16h** et installation dans votre chambre.
- **Aucun régime à suivre** à la maison et alimentation normale jusqu'à minuit.
- **Entretien** et dialogue avec l'infirmière.
- **Préparation** : dépilation de l'abdomen et douche avec savon antiseptique. Des bas de contention vous seront remis pour la prévention des thrombophlébites.
- **Visite** de l'anesthésiste et du chirurgien.

Le jour de l'intervention

Avant l'intervention

- Vous pourrez prendre une **boisson sucrée** (non gazeuse) maximum 400ml jusqu'à 2h avant l'intervention (Ice Tea, Nestea, Oasis, eau sucrée, eau avec sirop).
- Vous devrez prendre une **douche avec un savon antiseptique** après laquelle vous mettrez une «blouse d'opéré» et les bas de contention.
- Dans le cas d'une intervention du colon gauche, un **petit lavement rectal** (Normacol) vous sera administré.
- Si nécessaire, une **prémédication** par voie orale vous sera donnée.

Après l'intervention

- **Mobilisation** : un premier lever aura lieu 1 à 2h après le retour de la salle de réveil. La durée de ce premier lever dépendra de vous.
- **Alimentation** : vous pourrez prendre 500ml d'eau et un repas léger 2h après le retour de la salle de réveil.
- **Appareillage** : vous conservez une perfusion et le cathéter de péridurale.
- **Douleur** : elle sera contrôlée par administrations d'antalgiques en perfusion éventuellement associée à une péridurale.