

RAPPELEZ-VOUS!

- Dans les premiers jours après la chirurgie, prenez régulièrement de l'acétaminophène et un anti-inflammatoire. Ne laissez pas la douleur s'installer par crainte de prendre des médicaments « pour rien ». Une fois la douleur installée, elle sera plus difficile à soulager.
- Si vous n'êtes pas soulagé malgré l'acétaminophène et un anti-inflammatoire, prenez le narcotique prescrit par votre chirurgien, en débutant par la plus petite dose possible, et reposez-vous.
- ATTENTION! Certains narcotiques contiennent déjà de l'acétaminophène. Vérifiez auprès de votre pharmacien pour savoir combien d'acétaminophène vous pouvez prendre lors de la prise du narcotique pour éviter de dépasser la dose maximale recommandée.
- Après quelques jours, lorsque vous vous sentirez mieux, réduisez ou cessez la prise du narcotique et tentez de prendre l'acétaminophène et l'anti-inflammatoire au besoin seulement.
- N'hésitez pas à demander conseil ou à poser vos questions à votre pharmacien.



COMMENT GÉRER LA DOULEUR APRÈS UNE CHIRURGIE

PRENEZ AU SÉRIEUR LA GESTION DE VOS ANALGÉSQUES

Une mauvaise gestion de vos analgésiques peut vous causer plus d'inconfort et d'effets secondaires indésirables. Il est important de bien comprendre votre traitement pour vous soulager adéquatement.

La douleur peut être plus forte dans les deux jours suivant la chirurgie et diminue généralement dans les jours suivants.

Si votre douleur est bien soulagée dès le départ, elle durera moins longtemps et vous vous sentirez mieux plus rapidement.

Ne laissez pas la douleur s'installer par crainte de prendre des médicaments « pour rien ». Une fois la douleur installée, elle sera plus difficile à soulager.

LES MÉDICAMENTS POUR SOULAGER LA DOULEUR

Acétaminophène

Différentes formulations sont disponibles à votre pharmacie, sans prescription.

Comprimés réguliers

Nom commercial : Tylenol Extra-Fort

- Comprimé de 500 mg;
- Vous pouvez prendre 2 comprimés toutes les 4 à 6 heures;
- Ne pas prendre plus de 8 comprimés par jour.

Comprimés ayant une action plus longue (environ 8 heures)

Nom commercial : Tylenol L.A., Tylenol Arthritique, etc.;

- Comprimés de 650 mg;
- Vous pouvez prendre 2 comprimés toutes les 8 heures;
- Ne pas prendre plus de 6 comprimés par jour.



LES MÉDICAMENTS POUR SOULAGER LA DOULEUR LA DOULEUR

Anti-inflammatoires

Ibuprophène : Advil et Motrin
Celecoxib : Celebrex
Naproxene : Naprosyn, etc.

Ces médicaments diminuent l'inflammation et la douleur causée par votre chirurgie.

L'ibuprophène (Advil et Motrin) est disponible sans prescription.

Informez-vous auprès de votre pharmacien avant de prendre ce médicament. Il vous indiquera s'il existe des interactions avec vos autres médicaments et vous conseillera sur la meilleure façon de la prendre.

L'acétaminophène (Tylenol) et les anti-inflammatoires **peuvent être pris en même temps**. Ils présentent généralement peu d'effets indésirables et seront plus efficaces s'ils sont pris régulièrement pendant quelques jours. Débutez votre traitement en les prenant régulièrement.

Narcotiques

Hydromorpnone : Dilaudid
Morphine : Statex
Codéine : Mépéridine (démérol)
Oxycodone : Supeudol
Tramadol : Ultram, Zytram, Ralivia, Durela, Tridural
Tramadol + Acétaminophène : Tramacet
Codéine + Acétaminophène : Empracet

Si vous êtes inconfortable malgré la prise régulière d'acétaminophène et d'un anti-inflammatoire, vous pouvez prendre un de ces médicaments tel que prescrit par votre chirurgien. Comme pour tous les médicaments, il est important de les prendre selon la posologie inscrite sur le contenant par votre pharmacien.

Ces médicaments sont utiles pour soulager les douleurs pour lesquelles la prise régulière d'acétaminophène et d'anti-inflammatoires n'est pas suffisante.

ATTENTION

Certains de ces médicaments contiennent déjà de l'acétaminophène. Vérifiez auprès de votre pharmacien pour savoir combien d'acétaminophène vous pouvez prendre lors de la prise du narcotique pour éviter de dépasser la dose maximale recommandée.

Ces médicaments ont des effets indésirables plus importants que l'acétaminophène et les anti-inflammatoires : nausée, vomissements, étourdissements, somnolence, etc.

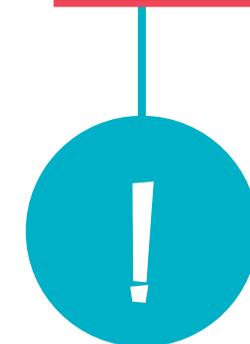
Ces effets indésirables apparaissent surtout au début du traitement ou lorsque le nombre de comprimés pris est trop élevé par rapport à la douleur à soulager.



Il est donc important de :

- Respecter la posologie inscrite sur le contenant de votre médicament,
- Débuter par la dose la plus faible. Par exemple, si votre chirurgien vous prescrit 1 ou 2 comprimés : débutez par 1 comprimé et compléter avec un deuxième comprimé après environ 1 heure si vous n'êtes toujours pas soulagé. Cette façon de faire vous permettra de connaître la plus petite dose qui vous soulage et diminuera le risque de ressentir des effets indésirables.
- Limitez vos activités (reposez-vous!) lors de la prise de ces médicaments.

Après quelques jours, la douleur diminuera et vous pourrez cesser ou réduire la prise du médicament, soit en diminuant le nombre de comprimés pris (prendre 1 comprimé au lieu de 2 comprimés, par exemple) ou en réduisant la fréquence à laquelle vous le prenez.

A black and white photograph of a road sign that says 'INFLAMMATION' in bold, capital letters. The sign is tilted and mounted on a post.

INFLAMMATION

