



*Vous avez été opérée d'une cure d'incontinence urinaire à l'effort par bandelette sous-urétrale.
Voici quelques recommandations pour bien préparer votre retour à domicile.*

Quels sont les soins à réaliser ?

Il n'y a pas de soins spécifiques à réaliser après cette intervention. Une bonne hygiène locale est nécessaire.

Les incisions vaginales sont fermées par des fils résorbables qui ne doivent donc pas être retirés et se dissolvent en quelques semaines. Si des incisions cutanées sont réalisées, votre médecin vous avertira si les fils sont résorbables ou non et à quel moment les retirer.

Quand puis-je prendre une douche ou un bain ?

Dès votre retour à domicile, vous pouvez reprendre votre douche quotidienne. Par contre, il est conseillé d'attendre 1 à 2 semaines avant de prendre un bain.

Quand puis-je reprendre la conduite de mon véhicule ?

Il est interdit de conduire les 24 premières heures qui suivent une anesthésie générale. Il faut attendre une récupération complète des aptitudes à la conduite, qui survient en général 1 à 2 semaines après votre opération.

Certains médicaments peuvent altérer vos capacités et il est alors nécessaire d'attendre la fin du traitement pour reprendre la conduite.

Quand puis-je reprendre mes activités et la pratique du sport ?

La mise en place d'une bandelette sous-urétrale nécessite de limiter ses activités pendant 2 à 4 semaines, ce qui correspond à la durée de cicatrisation et d'intégration de la bandelette. Les efforts violents et le port de charges lourdes de plus de 10 kilos sont à éviter dans le mois qui suit. Une reprise trop rapide de vos activités peut avoir un impact négatif sur le résultat de l'intervention.

Il est par contre important de marcher dès le retour à domicile et d'élargir progressivement ses activités si vous vous en sentez capable. Pour la pratique de sports, il est préférable d'attendre au moins un mois.

Quand puis-je reprendre le travail ?

La durée de convalescence est très variable d'une personne à l'autre, en fonction du type et de l'intensité de l'activité professionnelle. Le retour au travail peut se faire lorsque vous avez repris normalement vos activités quotidiennes à domicile, habituellement entre 2 et 4 semaines.

Quand puis-je reprendre une activité sexuelle ?

La reprise des rapports est conditionnée par la cicatrisation vaginale qui peut prendre jusqu'à 4 à 6 semaines. Il est impératif de revoir son médecin pour s'assurer d'une bonne cicatrisation avant de reprendre une activité sexuelle.

Contactez votre médecin si vous présentez les symptômes suivants :

- Fièvre > 38.5°C
- Nausées et vomissements
- Saignements vaginaux anormaux ou plus abondants que les règles
- Douleurs abdominales basses ou pelviennes que les traitements antalgiques ne soulagent pas
- Douleurs lors de la miction ou difficultés d'uriner
- Pertes vaginales abondantes et malodorantes

En résumé

Intervention	BANDELETTE SOUS-URÉTRALE
Soins locaux	Bonne hygiène locale
Douches	Dès le retour à domicile
Bains	1 – 2 semaines
Rapports sexuels	4 – 6 semaines (après visite post-opératoire)
Conduite	1 – 2 semaines
Activités quotidiennes	2 – 4 semaines
Travail	2 – 4 semaines

Bon rétablissement