

Cure de Hernie Ombilicale par Coelioscopie

Docteur Thierry WATRIN — Chirurgien Viscéral et Digestif

Cette fiche vous explique les modalités de votre intervention et les consignes de sécurité pour votre convalescence.



1. L'Intervention

L'intervention consiste à réintégrer le contenu de la hernie dans l'abdomen et à renforcer la paroi abdominale à l'aide d'une **prothèse (filet)**.

- **Technique** : Réalisée par **coelioscopie** (mini-invasive).
- **Avantage** : Cicatrices minimales et reprise d'activité plus rapide.



2. Préparation et Jeûne

- **Jeûne** : 6h pour le solide et le tabac / 2h pour les liquides clairs.
- **Accompagnement** : Obligatoire pour la sortie et la première nuit.



3. La Ceinture de Contention (Indispensable)

Pour assurer la bonne tenue de la prothèse et limiter les gonflements (œdème) :

- **Durée** : Vous devez porter la ceinture abdominale pendant **1 mois**.
- **Usage** : Elle doit être portée toute la journée (dès le lever). Vous pouvez la retirer pour dormir.
-  **Conseil Confort** : Portez un **t-shirt en coton** propre entre votre peau (les cicatrices) et la ceinture pour éviter les irritations et améliorer votre confort quotidien.



4. Soins Post-Opératoires

- **Pansements** : À retirer après la première douche (J1).
- **Fils** : Résorbables. Laissez les strips en place jusqu'au 15ème jour.
- **Soins locaux** : Spray prescrit sur les cicatrices pendant 2 semaines.
- **Infirmière** : Inutile à domicile sauf consigne contraire.



5. Reprise des Activités

- **Conduite** : Dès que la douleur le permet (environ J5).
- **Sport** : Reprise progressive (marche) dès J15.

- **Interdits pendant 45 jours** : Charges lourdes (>10kg) et abdominaux intenses formellement interdits.

📍 **Urgences 24h/24 (Clinique de l'Europe - Port-Marly) : ☎ 01 39 17 24 24**