



Réhabilitation améliorée après chirurgie orthopédique (RAC)

La réhabilitation améliorée après chirurgie (RAC) est une prise en charge basée sur l'implication totale du patient pour favoriser un rétablissement précoce. AU CHU de Rennes, le service de chirurgie orthopédique reprend tous les principes du parcours de RAC qui vise à améliorer et accélérer votre reprise d'autonomie.



Acteur de votre prise en charge, vous récupérez toute votre énergie et votre mobilité en quelques jours.



La réhabilitation améliorée après chirurgie (RAC) permet au patient de récupérer plus rapidement ses capacités fonctionnelles après une intervention chirurgicale. Grâce à des techniques chirurgicales et anesthésiques spécifiques, innovantes et le moins invasifs possibles et au travers d'un ensemble de mesures vous impliquant avant, pendant et après votre intervention (jeûne opératoire réduit, accès au bloc à pied ou en fauteuil, exercices préopératoires, durant et post hospitalisation...), la RAC limite le risque de complications post-opératoires. Elle facilite votre récupération et permet ainsi une hospitalisation de plus courte durée.

Vous êtes accompagné pas à pas pour vous engager dans la préparation, puis le suivi de votre chirurgie.

Quelles sont les interventions concernées ?

De nombreuses chirurgies peuvent bénéficier de ce parcours :

- > Prothèse totale de hanche,
- > Prothèse Uni Compartimentale du genou,
- > Prothèse totale de genou,
- > Prothèse totale d'épaule.

En pratique

La RAC nécessite un travail pluridisciplinaire des acteurs hospitaliers (chirurgiens, médecins anesthésistes, infirmier(e)s, aide-soignant(e)s, diététicienne, kinésithérapeute...) en lien très étroit avec les professionnels de ville à votre sortie. Votre adhésion à ce programme, votre participation et celles de vos proches sont essentielles afin que l'opération soit moins douloureuse, plus confortable et moins agressive.

En amont de la chirurgie : une consultation infirmière et kinésithérapeute


Le jour de l'intervention :

- > Un accueil par des équipes formées au parcours
- > Un départ vers le bloc opératoire à pied
- > Des équipes chirurgicales aux pratiques innovantes
- > Des équipes d'anesthésie aux pratiques innovantes
- > Un lever, bord du lit ou boisson dès la salle de réveil selon votre récupération

Après votre intervention, vous pourrez bénéficier dans l'unité de soin :

- > D'une équipe formée aux pratiques de réhabilitation
- > D'un parcours de marche
- > Des techniques de cryothérapies innovantes pour vous permettre de reprendre de façon graduée une activité physique encadrée et adaptée

Après votre intervention, vous bénéficiez dans l'unité de soin :

- > D'une équipe formée aux pratiques de réhabilitation
- > D'un parcours de marche
- > Des techniques de cryothérapies innovantes pour vous permettre de reprendre de façon graduée une activité physique encadrée et adaptée ([voir la vidéo](#) )



A votre sortie, au retour à domicile:

- > un suivi personnalisé par l'équipe RAC et également via l'application MyCHURennes
- > [un questionnaire de satisfaction du parcours à compléter afin de nous aider à progresser](#) 

Votre parcours RAC sur smartphone

Une application smartphone vous sera proposée pour vous permettre de suivre les différentes étapes du parcours à partir de la consultation chirurgicale. Dès votre programmation opératoire, téléchargez l'application MyCHURennes sur App Store et Google Play.



CHU Rennes

Bonjour Mme POIRIER,
Questionnaire à remplir avant
vendredi 00:00

J-7, Questionnaire s...

Mes informations Mon agenda

Mon parcours Mon dossier
médical

#RESTEZ CONNECTÉ

Application My CHU Rennes



Téléchargez l'application
sur App Store et Google Play

Disponible sur
Google play

Disponible sur
App Store



CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE RENNES

This site uses cookies to enhance your navigation and improve the content offered to you.
However, you can disable them at any time.

✓ OK, ACCEPT ALL

PERSONALIZE