



Votre prise en charge en réhabilitation améliorée après chirurgie - 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, plusieurs spécialités chirurgicales proposent des programmes RAC.

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

La réhabilitation améliorée après chirurgie (RAC) est une approche innovante de la chirurgie. Elle 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 : l'intervention est ainsi mieux vécue.

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 !

Plusieurs spécialités proposent cette prise en charge au CHU de Rennes (liste non exhaustive) :

Chirurgie hépatobiliaire et digestive :

- > Chirurgie du colon
- > Chirurgie bariatrique
- > Chirurgie du foie et du pancréas

Chirurgie gynécologique :

- > Hystérectomie

Chirurgie orthopédique :

- > Prothèse totale de hanche
- > Prothèse unicompartmentale de genou
- > Prothèse totale de genou
- > Prothèse totale d'épaule

Chirurgie thoracique et vasculaire :

- > Lobectomie pulmonaire

En pratique

Le programme RAC associe 3 piliers :

1 - Des protocoles de soins décrivant des mesures pré, per et post-opératoires

- > **Préopératoire** : consultation d'information détaillée avec un(e) infirmier(e) RAC, préparation administrative et anticipation du retour à domicile, check-list et rappels, consignes de jeûne moderne et d'hygiène préopératoire, gestion du stress, actions éducatives sur la rééducation-mobilité postopératoire et la réhabilitation.
- > **Peropératoire** : chirurgie mini-invasive et anesthésie favorisant le confort au réveil, gestion de la douleur optimisée et minimisation des drains et sondes, déambulation favorisée, hydratation en salle de réveil...
- > **Post-opératoire** : reprise de l'alimentation et l'hydratation rapide, mobilisation encouragée dès le retour en chambre, validation des critères de sortie et retour à domicile avec un proche, suivi à domicile adapté au patient (appels, sms...)



2 - Une participation active du patient

La participation active du patient est possible grâce à une information préalable à l'hospitalisation, précise et ciblée, afin d'éviter tout effet de surprise. Cette information est délivrée au cours d'un entretien spécifique avec un(e) infirmier(e) RAC au cours duquel les éléments de votre parcours de soins pré, per et post-opératoire sont explicités et votre sortie préparée en amont de la prise en charge.

3 - Une équipe coordonnée assurant la mise en œuvre des prises en charge dans leur globalité et leur évaluation régulière

Autour d'un patient informé et coopérant, toute une équipe se mobilise pour mettre en œuvre les programmes RAC. Cette équipe élargie "intra et extra hospitalière" associe chirurgiens, anesthésistes, infirmier(e)s dans les blocs ou les unités de soins, infirmier(e)s libéral(e)s et médecins généralistes intervenant à domicile, aides-soignant(e)s et selon les besoins : kinésithérapeutes, diététicien(ne)s, sages-femmes et tout autre acteur susceptible d'intervenir auprès des patients.

EN SAVOIR PLUS

- > [Fiches exercices de renforcement musculaire du Centre santé bien-être](#)
- > [Page prise en charge spécifique "Centre Santé Bien-être"](#)

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.



**#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