

Information pour le patient et sa famille

Guide de l'implantation transcathéter d'une valvule aortique (ITVA)

Votre famille et vous pouvez utiliser le présent guide pour vous préparer en vue d'une intervention d'ITVA, de votre hospitalisation et de votre rétablissement, une fois de retour chez vous.

Veillez apporter le guide à l'Hôpital Saint-Boniface.

Nom : _____

Nom de l'intervention : **Implantation transcathéter d'une valvule aortique**

Date de l'intervention : _____

Cardiologue : _____

Chirurgien cardiologue : _____

Coordination des soins infirmiers en ITVA :
204-258-1413



Hôpital St-Boniface Hospital

Table des matières

Qu'est-ce qu'une ITVA?.....	1
Pourquoi dois-je faire remplacer ma valvule aortique?.....	1
L'ITVA est-elle la meilleure option pour moi?	2
Préparation en vue de l'intervention d'ITVA	4
Le jour de l'ITVA	6
Période de convalescence aux soins intensifs	8
Période de convalescence dans une chambre d'hôpital.....	9
Retour à la maison.....	10
Vivre avec une nouvelle valvule aortique	13

Qu'est-ce qu'une ITVA?

L'acronyme ITVA signifie implantation transcathéter d'une valvule aortique. Il s'agit du nom de l'intervention consistant à remplacer une valvule cardiaque.

Le terme « **transcathéter** » veut dire que l'on utilise un cathéter (petit tube) pour installer une nouvelle valvule dans votre cœur. La nouvelle valvule remplacera l'ancienne valvule et permettra au sang de mieux circuler dans votre cœur. L'ITVA peut se faire de deux façons :

- **ITVA par voie transfémorale** : L'intervention consiste à passer par une artère de l'aîne pour amener le tube et la nouvelle valvule jusqu'au cœur.
- **ITVA par voie transapicale** : Une petite incision est pratiquée dans le thorax, entre les côtes. Le tube et la valvule sont insérés dans la paroi thoracique, jusqu'au cœur.

Pourquoi dois-je faire remplacer ma valvule aortique?

Vous avez une maladie valvulaire appelée **sténose aortique**. Les valvules font circuler le sang dans le cœur dans la bonne direction. Lorsque le sang quitte le cœur, il circule dans la **valvule aortique**.

La **sténose** signifie que l'ouverture de la valvule aortique s'est rétrécie. Chez les personnes plus âgées, la valvule devient plus rigide et ne peut plus s'ouvrir assez grand pour laisser passer le sang. Ce rétrécissement peut provoquer un essoufflement, de la douleur dans la poitrine ou une sensation de faiblesse ou de grande fatigue.

Le traitement habituel d'une importante sténose aortique est la chirurgie à cœur ouvert. Dans un tel cas, la poitrine et le cœur du patient sont ouverts pour que le chirurgien puisse opérer directement la valvule. Le chirurgien retire alors la valvule malade et la remplace par une nouvelle valvule. Il s'agit de la meilleure option pour la plupart des gens.

Dans certains cas, la chirurgie à cœur ouvert peut ne pas être la meilleure option, par exemple pour les personnes qui :

- ne vont pas assez bien pour une intervention chirurgicale majeure;
- ont d'autres maladies, comme une maladie rénale ou pulmonaire;
- ont eu de la radiothérapie thoracique;
- ont déjà eu au moins une opération à cœur ouvert.

L'ITVA offre une autre façon de réparer la valvule. La plupart des patients n'ont pas besoin d'anesthésie générale ni d'intubation durant une ITVA. Vous recevrez des médicaments pour vous détendre et vous éviter de ressentir de la douleur durant l'ITVA.

L'ITVA est-elle la meilleure option pour moi?

Nous allons examiner votre dossier en détail dans le but de déterminer si l'ITVA est la meilleure option pour vous. Vous devrez avoir au moins 2 consultations pour passer des examens qui nous permettront de prendre une décision.

Que se passera-t-il durant ces consultations:

- Nous vous expliquerons ce qu'est une ITVA, comment elle est faite et quels sont les risques et les avantages pour vous.
- Nous vous poserons des questions concernant vos habitudes, ce que vous êtes capable et incapable de faire, vos conditions de vie et vos symptômes cardiaques.
- Vous ferez un test de marche et un test de mémoire.
- Des cardiologues examineront votre dossier médical. Les médecins pourraient vouloir vous faire passer d'autres examens.
- Nous allons prendre une photo de vous pour faciliter les choses lorsque l'équipe se réunit après votre consultation pour discuter de vos options. La photo restera dans votre dossier.
- Nous pourrions prévoir d'autres examens du cœur.

Examens du cœur à prévoir

Vous devrez passer les examens suivants si les médecins considèrent que l'ITVA peut être une option pour vous :

- **Échocardiographie** : Il s'agit d'une échographie du cœur. Cet examen nous permet de voir les valvules et le débit du sang dans le cœur. Pour cet examen, nous passons une sonde à ultrasons enduite d'un gel sur votre poitrine. L'examen ne cause pas de douleur et dure de 30 à 60 minutes.
 - Vous pourriez aussi passer une **échocardiographie transœsophagienne** : Il s'agit d'une échographie qui consiste à faire passer une sonde à ultrasons par la bouche et la gorge. Cet examen permet d'obtenir des images plus complètes du cœur et des valvules. Vous recevrez une médication pour vous assoupir durant l'examen. Cet examen dure environ 60 minutes.
- **Angiographie coronaire** : Cet examen permet de vérifier les vaisseaux sanguins qui alimentent le cœur. Le cardiologue insère un tube de plastique dans une artère de l'aîne à l'aide d'une petite aiguille. Un produit de contraste radiologique est injecté dans le tube pour nous permettre de voir la circulation du sang vers le cœur. L'examen ne dure qu'environ une heure, mais vous devrez rester à l'hôpital 4 à 6 heures après l'examen.
- **Tomodensitométrie cardiaque (TDM cardiaque)** : Il s'agit d'une radiographie spéciale qui fournit plusieurs images du cœur et des vaisseaux sanguins. L'ordinateur prend des images en trois dimensions (3D) du cœur et des vaisseaux sanguins. Un produit de contraste radiologique vous sera administré par voie intraveineuse durant l'examen. L'examen dure environ 30 minutes.

Préparation en vue de l'intervention d'ITVA

Combien de temps vais-je passer sur la liste d'attente?

Cela dépend de l'état de vos valvules cardiaques et de votre état de santé général. Vous pourriez être inscrit(e) sur la liste d'attente de 1 à 6 mois.

Qui surveillera mon état de santé pendant cette période d'attente?

Votre médecin de famille continuera de surveiller votre état pendant que vous attendez votre ITVA. On pourrait aussi vous demander de consulter des cardiologues ou d'autres spécialistes.

Que se passera-t-il si mon état de santé change durant la période d'attente

Si vos symptômes cardiaques s'aggravent lentement, mais que votre état de santé général reste plutôt stable, vos médecins habituels continueront de vous fournir des soins.

Nous devons être informés de tout **changement subit** de votre état de santé.

- Si votre état de santé s'aggrave soudainement:
 - Suivez les directives de votre médecin.
 - Demandez à un membre de votre famille de communiquer avec la **Clinique de pré-évaluation cardiologique**, au 204-258-1859, si vous êtes admis(e) à l'hôpital.

Le coordonnateur ou la coordonnatrice travaillera avec votre médecin de famille pour suivre vos progrès. Nous vous ferons savoir si la date de votre ITVA doit être changée.

Que dois-je faire durant la période d'attente?

Activités : Faites autant d'activités que vous le pouvez, même si ce n'est que pendant de courtes périodes. L'activité est importante pour votre cœur et votre santé globale. Ralentissez le rythme si vous constatez un essoufflement, de la douleur dans la poitrine ou une faiblesse. Consultez votre médecin pour connaître les meilleures façons de rester actif ou active.

Conduite : Vous pourriez continuer de conduire un véhicule automobile à condition que vos symptômes cardiaques ne soient pas graves. Consultez votre médecin pour savoir s'il est sécuritaire pour vous de conduire durant cette période.

Saine alimentation : Une saine alimentation vous aidera à rester en santé en attendant votre ITVA. Votre médecin pourrait restreindre la quantité de liquides ou de sel dans votre alimentation.

Médicaments : Continuez de prendre les médicaments prescrits par votre médecin.

Visite chez le dentiste : Il est important d'avoir un examen dentaire avant votre ITVA. Prenez rendez-vous chez votre dentiste si vous n'avez pas eu d'examen au cours des 6 derniers mois. Si vous avez besoin de vous faire extraire une dent ou de faire traiter une maladie des gencives, vous devez le faire avant l'intervention d'ITVA.

Autres fournisseurs de soins de santé : Le personnel infirmier ou les médecins responsables de l'ITVA pourraient vous demander de consulter d'autres professionnels de la santé durant la période d'attente en vue de l'ITVA. Par exemple, ils pourraient vous suggérer de voir un gériatre (médecin spécialisé dans les soins des personnes âgées), un physiothérapeute (thérapeute qui aide les gens à améliorer leur mobilité), une diététiste ou un psychiatre.

Planification :

- *Planification de votre retour à la maison* : Vous devez demander à quelqu'un de vous ramener chez vous en voiture après votre ITVA. Vous devriez demander à quelqu'un de rester avec vous durant la semaine qui suit votre sortie de l'hôpital.
- *Planification de vos soins* : Planifiez vos affaires personnelles et financières. Faites part de vos volontés aux membres de votre famille. Prenez en considération la préparation d'une directive en matière de soins de santé.

Une fois que vous avez un rendez-vous pour votre ITVA

Nous vous téléphonerons et vous ferons parvenir une lettre précisant la date de votre ITVA. Pour vous préparer à votre ITVA, vous devez être vu(e) à la Clinique de pré-évaluation cardiologique. On vous téléphonera pour fixer la date et l'heure de votre rendez-vous. Il s'agit d'une consultation de 3 ou 4 heures avec un médecin et le personnel infirmier. Le moment sera idéal pour poser vos questions.

Le jour de l'ITVA

Ne pas manger ni boire après minuit (24 h) la veille de votre ITVA

- Le matin de votre ITVA, prenez seulement les médicaments indiqués par la Clinique de pré-évaluation cardiologique avec une gorgée d'eau.
- Présentez-vous au comptoir d'accueil du 2e étage du Centre Bergen pour vous inscrire.
 - Prenez l'entrée des services d'urgence ou l'entrée sud de l'hôpital qui est la plus près du terrain de stationnement sud. Prenez le premier ascenseur jusqu'au 2e étage. Au 2e étage, suivez les indications pour vous rendre aux services des Sciences cardiaques qui se trouvent au bout d'un court corridor. Vous arriverez à la réception où vous vous inscrirez. Si vous vous perdez, veuillez demander à quelqu'un de vous diriger vers le secteur Y2.
- Après votre inscription, vous devrez aller dans la salle d'attente en attendant d'être appelé(e) par le personnel infirmier qui vous préparera en vue de votre ITVA.

Ce qu'il faut apporter à l'hôpital

Apportez les articles dont vous pourriez avoir besoin durant votre hospitalisation, comme :

- Brosse à dents et dentifrice
- Peigne ou brosse
- Pantoufles (avec une semelle antidérapante)
- Lunettes/prothèses auditives
- Articles de lecture
- Votre appareil d'aide à la marche, comme une canne ou un cadre de marche
- ***N'apportez pas d'argent ni d'objets de valeur***

Que se passera-t-il dans le service pré/post-chirurgical?

- Vous allez mettre une chemise d'hôpital. Nous vous suggérons de remettre vos effets personnels à la personne qui vous accompagne pour votre ITVA.
- Votre famille pourra vous rendre visite avant votre ITVA.
- Le personnel infirmier vous posera quelques questions et vous installera dans une civière.
- On vous installera une ligne intraveineuse.
- Votre aine sera lavée et rasée.
- Vous recevrez un rince-bouche spécial pour prévenir les infections.
- Avant l'ITVA, le médecin vous expliquera les avantages et les risques liés à l'ITVA. Vous devrez lire le formulaire de consentement et le signer pour indiquer que vous acceptez d'avoir une ITVA à ce moment.

Que se passera-t-il dans la salle d'ITVA?

- L'anesthésiologiste vous administrera une médication pour vous détendre et soulager la douleur. Certains patients ont besoin d'une anesthésie générale et d'un tube de respiration. Nous vous aviserons si vous avez besoin de l'un ou l'autre avant le début de votre ITVA.

- Une ITVA peut durer généralement 2 ou 3 heures, mais peut nécessiter moins ou plus de temps.
- Durant l'ITVA, votre famille peut attendre dans la salle d'attente au 2e étage du pavillon Y. Le médecin ira voir votre famille lorsque l'ITVA sera terminée.

Que se passera-t-il après l'ITVA ?

Vous serez amené(e) à l'unité de soins intensifs en chirurgie cardiaque (USICC) ou à l'unité de soins cardiaques de courte durée (USCCD). L'USICC se trouve au 5e étage du Centre Asper. L'USCCD se trouve au 5e étage pavillon A de l'hôpital central.

Période de convalescence aux soins intensifs

Nous vous surveillerons de près immédiatement après votre ITVA. Nous nous occuperons de vous à l'USICC ou à l'USCCD pendant la première nuit ou plus longtemps, si nécessaire. Il y a un salon familial dans chaque unité et les heures de visite sont flexibles. Nous demandons à un membre de la famille d'agir à titre de personne-ressource.

- Pendant les quatre premières heures après l'ITVA, le personnel infirmier vérifiera souvent le site d'insertion de votre aine. La tête de votre lit doit rester descendue.
- Vous devez garder votre jambe droite pendant les quatre premières heures suivant l'ITVA pour prévenir toute hémorragie.
- Le personnel infirmier viendra vous voir souvent. Avisez-le si vous ressentez de la douleur ou si quelque chose ne va pas bien.
- Lorsque vous pourrez le faire en toute sécurité, nous vous aiderons à vous déplacer. Vous commencerez à vous asseoir sur le lit, puis à vous asseoir dans un fauteuil et ensuite à marcher dans le corridor.
- Vous allez prendre des liquides clairs au début. Lorsque vous prendrez bien les liquides, vous augmenterez graduellement votre consommation d'aliments pour revenir à une alimentation normale.
- Nous enlèverons le matériel de surveillance spécial lorsque vous serez prêt(e) pour le transfert dans une chambre d'hôpital.

Période de convalescence dans une chambre d'hôpital

Lorsque vous serez prêt(e), vous serez transféré(e) en Cardiologie, au 5e étage pavillon A de l'hôpital central, ou à l'unité de chirurgie cardiaque, au 4e étage du Centre Asper.

- Nous vous aiderons à reprendre des forces et à devenir plus actif/active chaque jour.
- Vous ne pourrez pas soulever, pousser, ni tirer de poids supérieurs à 5 livres pendant les cinq premiers jours.
- Vous ne pourrez pas vous pencher au niveau des hanches, vous asseoir pendant de longues périodes, ni faire d'efforts (y compris pour aller à la selle).
- Vous porterez un moniteur cardiaque pendant 5 jours ou jusqu'à votre départ de l'hôpital.
- Des analyses sanguines, des radiographies thoraciques et d'autres examens du cœur seront faits au besoin.
- Le personnel infirmier vérifiera souvent les sites d'insertion. Nous vous expliquerons les signes à surveiller pendant la guérison des sites et comment procéder aux soins de ces sites chez vous.

Vous devez aviser le personnel infirmier ou le médecin dans les cas suivants:

- Du sang s'écoule du site.
- Une bosse grossit.
- Toute rougeur ou zone de chaleur ne s'améliorant pas.
- Un écoulement jaunâtre au site d'insertion.
- Un engourdissement de votre jambe.
- Une douleur intense au site d'insertion.
- De la confusion, une vision trouble ou une faiblesse qui n'est pas normale pour vous.

Retour à la maison

Votre famille et vous devez commencer à planifier votre retour à la maison avant votre ITVA. La plupart des gens qui ont une ITVA ont besoin d'un à trois mois pour se rétablir complètement. Si vous étiez très malade avant l'ITVA, il pourrait vous falloir plus de temps.

L'équipe soignante évaluera votre état de santé chaque jour et discutera de vos progrès avec vous et votre famille. Vous quitterez l'hôpital lorsque vous et l'équipe déterminerez que vous êtes prêt(e) à le faire. Par exemple, si vous étiez autonome et que vous étiez capable d'aller à la toilette seul(e), nous allons nous assurer que vous êtes capable de le faire avant de quitter l'hôpital. La plupart des gens sont hospitalisés pendant 7 à 10 jours après une ITVA.

Dès que vous connaîtrez la date prévue pour votre sortie de l'hôpital, aviser les personnes qui vous ramèneront chez vous et qui resteront avec vous.

Ce qu'il faut surveiller

Vérifiez le site d'insertion chaque jour. Le tableau ci-après indique ce qui est normal et ce qui représente un signal d'avertissement. Si vous remarquez un signal d'avertissement, consultez immédiatement votre médecin de famille ou communiquez avec la Clinique de suivi des sciences cardiaques, au 204-258-1859, entre 7 h 30 et 15 h 45, du lundi au vendredi.

Situation normale	SIGNAUX D'AVERTISSEMENT
<ul style="list-style-type: none">• Un peu de rougeur, d'enflure et de sensibilité au site d'insertion.• Petite bosse ou masse au site d'insertion.• Douleur qui diminue graduellement.• Ecchymose (bleu) au site d'insertion.	<ul style="list-style-type: none">• Une rougeur ou une zone enflée qui ne diminue pas.• Une bosse qui grossit.• Un liquide qui s'écoule de votre (vos) incision(s).• Une douleur qui ne diminue pas ou qui est intense.• Une température de 38 °C (101 °F) ou plus.

Communiquez avec votre médecin de famille ou la Clinique de suivi des sciences cardiaques, au 204-258-1859, entre 7 h 30 et 15 h 45, du lundi au vendredi.

Activité physique

Avant l'ITVA, vous n'aviez peut-être pas assez de force pour faire autant d'activités que vous l'auriez souhaité. Après l'ITVA, vous devrez reprendre vos activités graduellement et retrouver des forces et de la confiance en faisant des périodes d'activité et de repos.

La marche est très importante. Commencez par vous déplacer chez vous et par marcher de courtes distances. Chaque jour, marchez un peu plus longtemps si vous vous en sentez capable.

Conseils pratiques pour maintenir l'équilibre entre le repos et l'activité

- Planifiez vos déplacements pour monter et descendre moins souvent des escaliers.
- Doubler vos recettes pour avoir des restes ou des plats à congeler pour un autre repas.
- Reposez-vous plus la veille d'une journée importante, comme une fête d'anniversaire.
- Reposez-vous plus durant les périodes de stress émotionnel ou de maladie.
- Utilisez un calendrier hebdomadaire pour faire votre planification.
- Choisissez les tâches que vous devez faire vous-même et réfléchissez aux tâches que vous pouvez confier à quelqu'un d'autre.
- Prévoyez faire les choses qui demandent plus d'énergie lorsque vous êtes le plus en forme.
- Allez à votre rythme, divisez les tâches plus exigeantes en plusieurs étapes et prenez des pauses lorsque vous ressentez de la fatigue.

Les programmes de réadaptation cardiaque offrent des services d'éducation et de soutien aux personnes qui ont une maladie du cœur. Vous obtiendrez de l'information sur le programme de réadaptation cardiaque le plus près de chez vous et sur les services que vous pouvez utiliser pour améliorer votre santé cardiaque, avant de quitter l'hôpital ou durant les semaines qui suivront votre retour chez vous.

Les programmes offerts incluent :

Centre Reh-Fit de Winnipeg.....	204-488-8023
Wellness Institute de Winnipeg.....	204-632-3907
Programme sur la santé cardiaque de Brandon	204-578-4202
The Pas.....	204-627-6418
Programme de réadaptation et mode de vie sain de Thunder Bay.....	807-684-6780

Médicaments

Avant votre retour chez vous, vous obtiendrez une nouvelle ordonnance pour tous vos médicaments. Certains médicaments seront les mêmes que ceux que vous aviez l'habitude de prendre et d'autres seront nouveaux. Le pharmacien vous rencontrera avant votre retour chez vous pour vous donner des explications sur vos médicaments et sur la façon de les prendre. Veuillez aller chercher vos médicaments d'ordonnance en quittant l'hôpital ou demander à quelqu'un de le faire pour vous. Vous aurez besoin de tous vos médicaments le premier jour de votre retour chez vous.

Prenez de l'acide acétylsalicylique (*Aspirin®/Entrophen®/Novasen®/ASA*) selon les indications de votre médecin, du personnel infirmier ou du pharmacien. N'arrêtez PAS de prendre ce médicament, sauf si votre cardiologue vous demande de le faire. Ce médicament empêche la formation de caillots sanguins dans votre nouvelle valvule.

Si vous avez commencé à prendre un **médicament antiplaquettaire**, comme le Clopidogrel (Plavix®) ou le Ticagrelor (Brillinta®), prenez-le pendant TOUTE LA PÉRIODE exigée. Ces médicaments préviennent aussi la formation de caillots sanguins dans votre nouvelle valvule.

N'arrêtez pas de prendre des médicaments ANTIPLAQUETTAIRES après votre ITVA, sauf si votre cardiologue vous demande de le faire.

AVERTISSEMENT

****Si un autre médecin vous demande de cesser de prendre un médicament antiplaquettaire, même pour une courte période, ASSUREZ-VOUS QUE CE MÉDECIN A CONSULTÉ VOTRE CARDIOLOGUE AVANT DE CESSER DE LE PRENDRE. Le médecin doit communiquer avec le cardiologue qui a fait l'ITVA, du lundi au vendredi, durant la journée, ou avec la Clinique de suivi des sciences cardiaques, au 204-258-1859, avant que vous arrêtiez de prendre ce médicament.****

Vivre avec une nouvelle valvule aortique

Conduite automobile

Ne conduisez pas pendant une semaine après votre ITVA. Consultez votre médecin si vous n'êtes pas certain(e) de pouvoir conduire en toute sécurité.

Voyage

Consultez votre cardiologue avant de prendre l'avion ou de partir pour un long voyage.

Relations sexuelles

Lorsque vous êtes capable de reprendre les activités que vous faisiez quotidiennement avant votre ITVA, vous pouvez recommencer à avoir des rapports sexuels. L'effort exigé pour votre cœur équivaut à monter 20 marches.

Prévenir les complications liées aux soins dentaires

Les bactéries présentes dans votre bouche peuvent entrer dans votre sang par vos gencives et infecter votre nouvelle valvule cardiaque.

- Gardez vos dents et vos gencives propres et saines en vous brossant les dents et en utilisant la soie dentaire régulièrement.
- Informez votre dentiste que vous avez eu un remplacement d'une valvule cardiaque.
- Vous devrez prendre des antibiotiques avant tout nettoyage ou traitement dentaire pour prévenir les infections. Votre dentiste ou médecin de famille vous donnera une ordonnance avant votre rendez-vous.

Garder l'équipe soignante informée

À partir de maintenant, avisez les médecins, dentistes, pharmaciens, physiothérapeutes ou tout professionnel de la santé de votre nouvelle valvule cardiaque. Nous vous remettons 3 exemplaires de la carte-portefeuille concernant votre valvule cardiaque. Nous vous suggérons d'en garder une dans votre portefeuille, d'en mettre une sur la porte de votre frigo et d'en remettre une à un membre de votre famille ou à un proche.

Si vous allez aux services d'urgence ou que vous êtes admis(e) à l'hôpital au cours du premier mois suivant votre ITVA, donnez votre carte-portefeuille au médecin ou au personnel infirmier et demandez-leur de communiquer avec la Clinique de suivi des sciences cardiaques, au 204-258-1859.

Bracelet MedicAlert

Vous recevrez un formulaire de MedicAlert au moment de votre sortie de l'hôpital. Veuillez porter ce bracelet pour informer toute équipe soignante que vous avez une valvule artificielle.

Régime alimentaire

Une saine alimentation favorisera votre guérison. Certaines personnes ont peu d'appétit pendant 2 à 4 semaines après l'ITVA. Essayez de manger des aliments nourrissants chaque jour.

Si vous deviez limiter la quantité de liquide consommé avant votre ITVA, vous devrez continuer de le faire jusqu'à ce que vous consultiez votre médecin de famille ou votre cardiologue.

Vous devriez être capable de reprendre une alimentation normale après votre retour chez vous, sauf si votre médecin vous dit de ne pas le faire. Si vous souffrez de constipation, essayez de manger du son, de boire du jus de prunes ou de prendre un laxatif qui ramollit les selles.

Suivi

Nous vous donnerons un rendez-vous pour rencontrer le personnel infirmier praticien en ITVA au cours de la semaine qui suit votre sortie de l'hôpital. Vous aurez d'autres rendez-vous avec l'équipe de l'ITVA :

- Après 1 mois _____
- Après 3 à 6 mois _____
- Après 1 an _____
- Et chaque année par la suite

Vous devrez voir votre médecin de famille 1 ou 2 semaines après votre sortie de l'hôpital.

Arrêter de fumer

En arrêtant de fumer MAINTENANT, votre santé commencera à s'améliorer immédiatement. Demandez à votre médecin ou au personnel infirmier de vous aiguiller ou consultez le service de Télésanté pour fumeurs (1-877-513-5333). Pour obtenir une liste de ressources pour vous aider à arrêter de fumer, allez à l'adresse

www.wrha.mb.ca/healthinfo/preventill/tobacco/resources.php.

Nous aimerions remercier tous les membres du personnel de l'Hôpital Saint-Boniface et de l'Office régional de la santé de Winnipeg pour la préparation du présent document.

