



Arthrodèse cheville/arrière-pied

L'intervention dont vous avez bénéficié a consisté à faire fusionner une ou des articulations souffrant d'arthrose.

Une bonne consolidation osseuse impose une immobilisation stricte par **botte 6 à 8 semaines**. Durant cette période de cicatrisation une douleur est possible sur le site opératoire mais sera décroissante dans le temps.

Dans la grande majorité des cas :

- une marche fluide sans aide est possible entre 6 et 12 semaines après l'intervention.
- des sports portés comme la natation et le cyclisme sont possible 6 à 8 semaines après l'intervention.

La consolidation osseuse définitive sera aux alentours de 6 à 12 mois post-opératoires. Il est fortement recommandé l'ARRET COMPLET du TABAC pour favoriser la cicatrisation.

Consignes post-opératoires

Délais	Jour de l'opération → 1er RdV à 3 semaines	1er RdV à 3 semaines → 2nd RdV à 6 semaines
Cicatrices	Pansement 1/2j par IDE à conserver propre et sec	Masser, pétrir à l'aide de la crème prescrite 2 à 3 fois par jour
Immobilisation	Botte jour et nuit A ne retirer brièvement que pour s'habiller et pansements en conservant le pied à 90°	
Position	Pied à surélever initialement la première semaine puis si douleur ou gonflement du pied et de la cheville	
Appui	Interdit	
Chaussettes de contention	Dès la fin des pansements si l'enfilage n'est pas douloureux Du matin au soir	
Injection Anticoagulant (Lovenox)	Oui	
Kiné	Non	