



Comment se préparer à une chirurgie lorsqu'on est fumeur

Par le D^r John Oyston, MB BS, FFARCS, FRCP(C),

Anesthésiste en titre, Hôpital de Scarborough

La plupart des médecins préfèrent que leurs patients cessent de fumer plusieurs semaines avant une chirurgie pour traiter un cancer du poumon. Les patients peuvent trouver particulièrement difficile d'arrêter de fumer à ce moment-là, car ils sont souvent soumis à un stress considérable en raison du diagnostic qu'ils viennent de recevoir. Cependant, s'ils connaissent les bienfaits découlant de l'abandon du tabac avant et après la chirurgie, ils peuvent optimiser leurs chances de guérir et de se rétablir.

Pourquoi cesser de fumer avant la chirurgie?

Le tabagisme endommage les poumons

Le tabagisme augmente les risques de troubles respiratoires après l'anesthésie, qui peuvent aller du simple besoin de prendre des médicaments pour réduire les sifflements respiratoires au branchement à un respirateur aux soins intensifs. L'arrêt du tabagisme quelques semaines avant la chirurgie permet aux poumons de commencer à guérir et réduit le risque de complications respiratoires.

Le tabagisme augmente le risque cardiaque

La fumée de cigarette contient des poisons qui augmentent le risque cardiaque. L'inhalation du monoxyde de carbone (CO), qui est présent dans chaque cigarette, réduit la quantité d'oxygène transporté par le sang au cœur et aux autres organes vitaux. Pour sa part, la nicotine augmente l'intensité et la fréquence des battements du cœur. Ensemble, le CO et la nicotine augmentent le risque de crise cardiaque. Si vous cessez de fumer, même quelques heures, votre corps peut éliminer ces poisons, ce qui réduit les risques pour votre cœur.

Fumer après une chirurgie ralentit la guérison et augmente le risque d'infection

La diminution de la quantité d'oxygène qui parvient à la région opérée entrave le processus normal de guérison. Cela réduit votre capacité de lutter contre les infections et augmente le risque d'infection de la plaie. Cela peut même compromettre le succès de la chirurgie.



Continuer à s'abstenir de fumer après la chirurgie facilite la guérison et contribue à prévenir les infections.

La guérison après la chirurgie est surtout facilitée par l'arrêt du tabagisme

Le fait de ne pas fumer pendant quelques heures, réduit le risque cardiaque. Toutefois, plusieurs semaines d'abstinence sont nécessaires avant que l'état de vos poumons s'améliore.

L'arrêt du tabagisme réduit le risque de ré-hospitalisation

Après six mois, la fonction pulmonaire s'améliore de 10 %. Après un an, le risque de crise cardiaque diminue de 50 %. Après 10 ans, le risque de souffrir d'un cancer du poumon chute de 50 %. Renoncer au tabac demeure toujours un choix judicieux.

Conseils

Il peut être plus facile d'arrêter de fumer à l'hôpital lors d'une chirurgie, car votre quotidien et vos habitudes ne sont plus les mêmes. Pendant que vous êtes à l'hôpital, vous pouvez obtenir l'aide des professionnels de la santé pour cesser de fumer, et les risques de symptômes de sevrage sont moindres.



L'hôpital est habituellement un milieu sans fumée. Les symptômes de sevrage peuvent être moins intenses si vous cessez de fumer dans un milieu où vous n'avez pas le choix de le faire. N'oubliez pas, l'équipe médicale de l'hôpital est également là pour vous aider.

Si vous avez plus de quatre semaines pour vous préparer à la chirurgie, fixez-vous une journée pour arrêter de fumer au moins quatre semaines avant l'intervention et cessez de fumer cette journée-là.

Si vous n'avez pas quatre semaines, tentez de cesser de fumer à minuit la veille de votre intervention, pour que votre corps ait au moins 8 heures pour éliminer le monoxyde de carbone. Souvent, on demande aux patients de ne pas manger ni boire après minuit. Profitez donc de cette occasion pour cesser de fumer.

Si vous ne réussissez pas à cesser de fumer avant votre chirurgie, essayez de ne pas recommencer après l'intervention. N'hésitez pas à demander l'aide de l'équipe de santé pour y parvenir.

N'oubliez pas qu'il y a de nombreuses ressources qui peuvent aider et conseiller les personnes qui désirent arrêter de fumer. Les patients peuvent généralement avoir accès à cette information et à ces services par l'entremise de l'hôpital où ils reçoivent des soins.

Bulletin d'information

Sources

« Stop Smoking for Safer Surgery » est une initiative du service d'anesthésie de l'Hôpital de Scarborough et a reçu l'appui du regroupement des anesthésistes de l'Ontario.

Lung Cancer Canada

• 1896A Avenue Road, Toronto, Ontario, M5M 3Z8
• 416-785-3439 (Toronto) • 416-785-2905 (télééc.) • 1-888-445-4403
• info@lungcancer canada.ca • www.lungcancer canada.ca

Avis de non-responsabilité

Les renseignements contenus dans le présent bulletin sont fournis à titre d'information générale seulement et ne doivent pas remplacer un avis médical, ni une évaluation ou un examen fait par un professionnel. Ces ressources ne remplacent pas l'opinion et les soins d'un professionnel de la santé expérimenté. Consultez un professionnel de la santé qualifié avant de prendre toute décision d'ordre médical ou si vous avez des questions sur votre situation médicale personnelle. Ne refusez ni ne retardez jamais une consultation avec un professionnel de la santé à cause d'une information que vous avez lue dans ce bulletin. Lung Cancer Canada s'efforce de s'assurer que l'information contenue dans le présent bulletin est juste et fiable, mais ne peut garantir qu'elle est exacte, complète ou sans erreur. Lung Cancer Canada ne cautionne aucun produit, traitement ou thérapie, et n'évalue pas la qualité des services fournis par tout organisme mentionné dans le bulletin.

L'impression de ce bulletin a été réalisée grâce à une contribution inconditionnelle à visée éducative de Pfizer Canada.