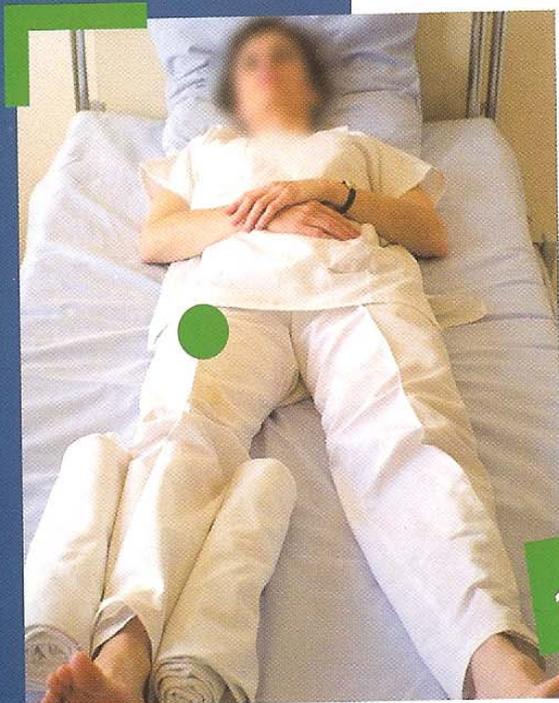


■ Consignes de positions

- **Comment être bien installé(e) dans votre lit ?**

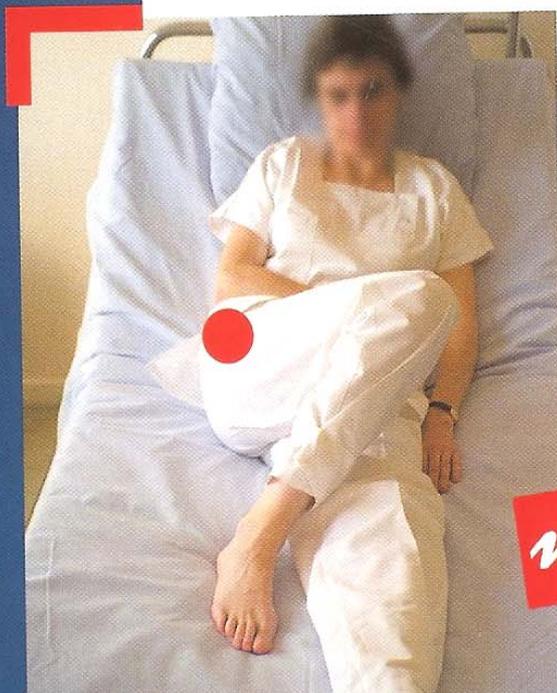
The leg must be straight



Vous devez être allongé(e) bien à plat avec la jambe opérée étendue et bien alignée dans l'axe du corps.

Yes

oui



Votre cuisse ne doit pas être orientée vers l'intérieur et la hanche ne doit pas être trop fléchie.

No

non

- ***Pour prendre le téléphone ou tout autre objet posé sur la table de chevet ?***

Use the operated side's Hand



Yes

oui

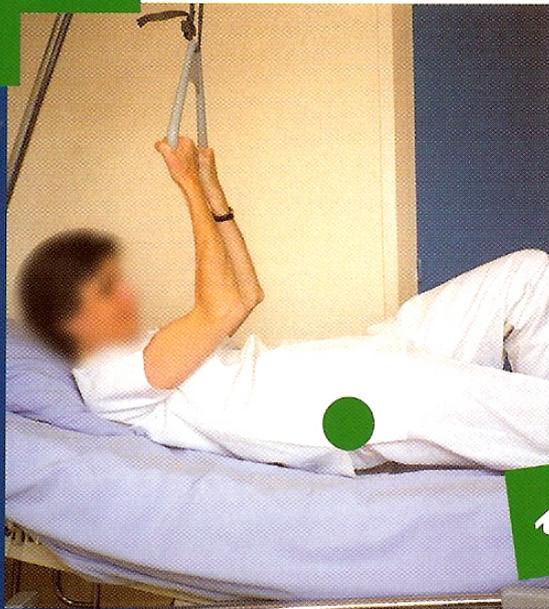
Utilisez la main située
du côté de l'objet à saisir.



No

non

- **Comment vous soulever dans votre lit ?**



Vous devez utiliser la poignée de la potence située au-dessus de votre lit en la saisissant avec vos deux mains afin de vous soulever bien à plat.

oui

Yes



Il ne faut pas soulever une seule fesse.

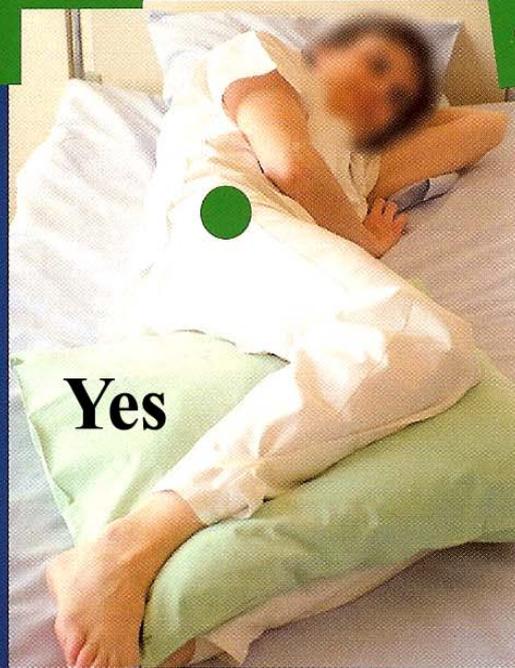
Do not lift one side only but both sides using the grip.

non

No

- **Comment s'installer sur le côté ?**

Keep a pillow between the legs



oui

Cette position n'est autorisée, dans un premier temps, que pour effectuer le pansement.

Ce n'est qu'après avoir obtenu l'accord des soignants que vous pourrez prendre cette position de côté.

Do not cross your legs

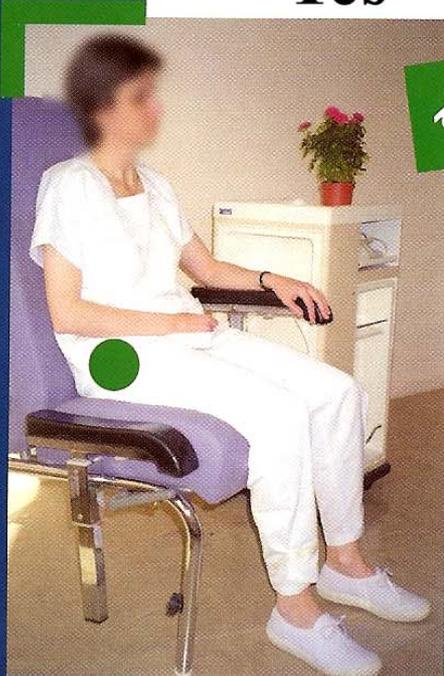


No

non

- **Comment se tenir assis(e) ?**
How do you sit ?

Yes



oui

Le dos doit être bien droit et les deux épaules bien appuyées contre le dossier du fauteuil.

Keep your back straight

Do not cross your legs



No

non

Il ne faut pas croiser les jambes avant d'en avoir eu l'autorisation de votre chirurgien.

- **Comment ramasser un objet ?**

Ask and don't risk !



En position assise, aidez-vous systématiquement d'une pince pour ramasser l'objet.

oui

Yes

Do not try to take a thing from the floor



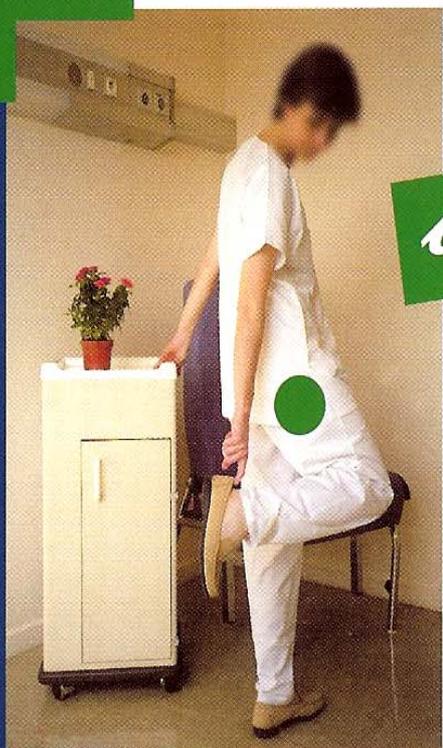
Si vous n'avez pas de pince, demandez de l'aide mais ne vous penchez jamais.

non

No

Do not bend your hip

En position debout



oui

Yes

Le port du mocassin vous permet là aussi de vous chauffer sans vous pencher et sans avoir à fléchir la hanche opérée.

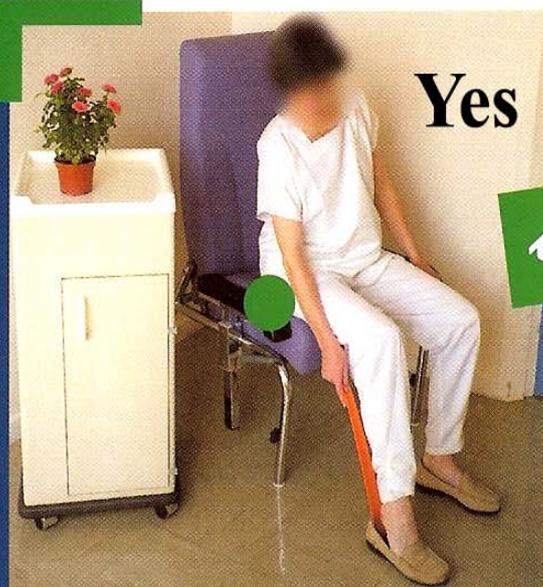


non

No

• Comment se chausser ?

Pendant les premiers mois qui suivent l'opération, vous chaussez des mocassins plutôt que des chaussures à lacets.



En position assise

oui

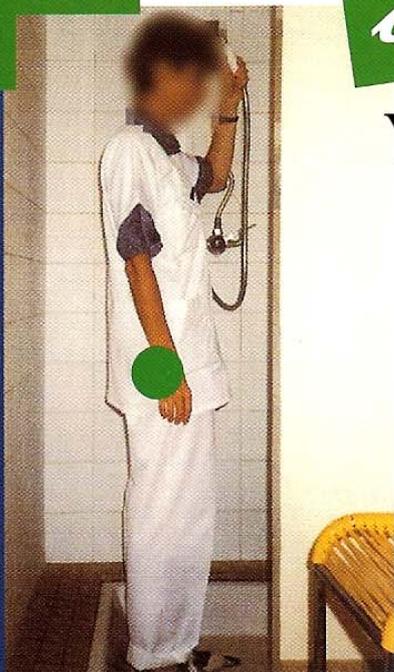
Le port du mocassin vous permet d'enfiler la chaussure sans vous pencher.



non

No

• Comment faire sa toilette ?

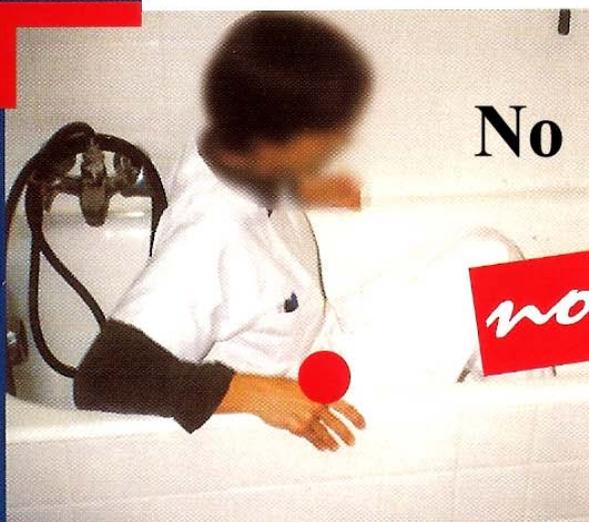


oui

Yes

Votre toilette devra être effectuée en position debout. La douche est préférable à la baignoire.

De retour à la maison, pensez à vous procurer un tapis antidérapant.



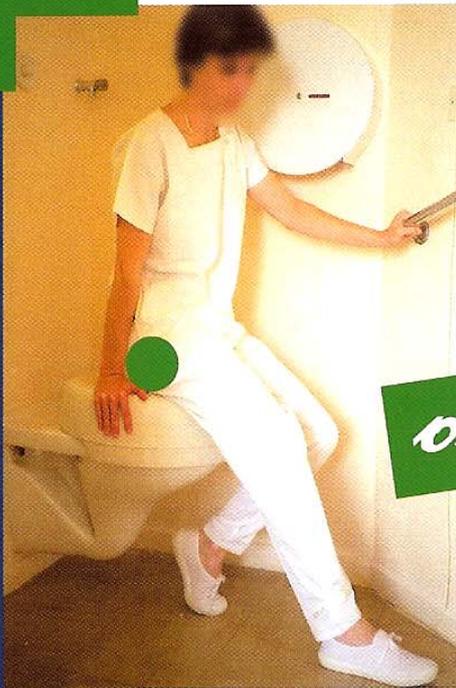
No

non

Shower yes, bath no !

- **Comment s'asseoir sur le siège des toilettes ?**

Add a raiser to your toilets



Etendez la jambe opérée devant vous pour ne pas avoir à fléchir la hanche.

oui

Yes



En cas de nécessité, le kinésithérapeute vous indiquera si vous avez besoin d'un réhausseur.

Stay half sited

non

No