



Hôpitaux de Lyon

Service de chirurgie orthopédique - Hôpital de la Croix Rouse  
Sport & Arthrose  
Pr. E. SERVIEN – Pr. S. LUSTIG  
103 grande rue de la Croix-Rousse 69004 LYON

## Conseils après Suture méniscale

### POUR LIMITER LA DOULEUR

Vessie de glace à la demande  
Eviter la position debout prolongée  
pendant 48 heures

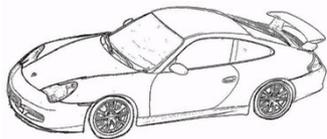


### LES INTERDITS

Pas de flexion au-delà de 95°  
pendant 45 jours

### CONDUITE VOITURE

Reprise 3 à 4 jours  
après l'intervention



### REPRISE DU SPORT

3 à 6 mois



### LE TRAVAIL

Reprise du travail à 30 jours, autres  
consignes à demander au chirurgien

### LES MOUVEMENTS D'AUTOREEDUCATION

Séances de rééducation prescrites à débiter après la sortie de l'hôpital

