

## CONSEILS APRÈS UNE NYMPHOPLASTIE

### 1° C'EST NORMAL

Un gonflement des petites lèvres est habituel. Il va régresser en une à deux semaines. On peut éprouver une sensation de tension et des picotements lors des mictions. Les plaies peuvent saigner pendant les premiers jours.

### 2° SOINS ET PRÉCAUTIONS

Il est conseillé de porter des vêtements amples dès la sortie de la clinique et d'éviter le port de jeans jusqu'à la cicatrisation complète. Porter une protection les deux premières semaines.

Après chaque miction, nettoyez avec une lingette et dès que possible nettoyez sous la douche à l'eau et au savon doux.

Afin de limiter la formation des croûtes et favoriser leur chute, appliquez de la vaseline sur les lignes de sutures à renouveler plusieurs fois par jour si nécessaire jusqu'à la chute des fils. Les relations sexuelles sont déconseillées le premier mois.

Si vous entrez le matin de l'intervention, vous devez prendre une douche antiseptique la veille et le matin pour limiter le risque d'infection nosocomiale. Le savon antiseptique qui vous a été prescrit permet de diminuer au maximum le nombre de germes sur votre corps avant l'intervention.

**Comment procéder ?** Mouillez l'ensemble de votre corps. Versez le savon au creux de la paume et appliquez sur les cheveux et le cuir chevelu. Faites mousser. Insistez sur les aisselles, les oreilles, les zones ombilicale et génito-anale, les plis de l'aîne et les pieds. Rincez abondamment. Séchez et revêtez des vêtements propres. Terminez votre première toilette par une séance de manucure brosse et coupe des ongles. Ne pas oublier le brossage des dents.

Évitez les bains après l'intervention, jusqu'à cicatrisation complète.

Reprise du sport au bout d'un mois.

### 3° CONFORT

Restez au calme la 1ère semaine (trajets en voiture limités) pas de sport ni de marches prolongées.

Prenez vos antalgiques régulièrement **sans attendre que la douleur apparaisse.**

Apportez des vêtements amples et faciles à mettre à la clinique, ainsi qu'une protection.

### 4° URGENCES

N'hésitez pas à contacter mon assistante Caroline aux heures de consultations au **03-83-30-28-91** pour toute question devant une douleur anormalement intense, une fièvre supérieure à 38°C, une réouverture de la suture.

En dehors des heures ouvrables, contactez la clinique où vous avez été opérée : l'hôtesse cherchera à me joindre immédiatement.

En cas d'extrême urgence, composez le 15.

### 5° CONSULTATIONS DE SURVEILLANCE

7ème jour, 3ème mois