



D.^R.FYAD

Chirurgie esthétique, plastique, réparatrice & médecine esthétique

FICHE DE CONSEILS APRÈS RECONSTRUCTION MAMMAIRE PAR LAMBEAU DE GRAND DORSAL +/- SYMÉTRISATION

1° C'EST NORMAL

Vos seins sont tendus et douloureux : c'est normal ! Cela va s'estomper au fil des jours.

Vous avez du mal à lever le bras (comme après le curage ganglionnaire).

Vous vous sentez fatiguée : restez au calme le plus souvent possible la première semaine.

Vous n'avez plus de sensibilité au niveau de la peau du grand dorsal (qui est maintenant sur le sein) : c'est normal.

Dans les jours qui suivent, un sérome (poche d'eau) peut apparaître dans le dos. Si nécessaire, une ponction évacuation est effectuée le jour du contrôle du pansement au cabinet ou plus tôt si le gonflement dans le dos devient très gênant. Dans ce cas, téléphonez au cabinet pour avancer le rendez-vous. Les ponctions seront à renouveler jusqu'à disparition du sérome (de 1 à 4 fois en général).

Vous aurez peut-être du mal à vous habituer à votre nouvelle silhouette. Donnez-vous un peu de temps ! La forme et le volume définitifs ne seront visibles qu'au bout de 3 mois : ce n'est qu'à ce moment que vous envisagerez avec le chirurgien les éventuelles retouches à effectuer (volume, forme, hauteur des seins, cicatrices, mamelon).

Le gonflement sous le bras va disparaître progressivement.

2° SOINS ET PRÉCAUTIONS

Il est impératif de ne pas fumer 15 jours avant l'intervention et au moins 15 jours après celle-ci, afin d'éviter les risques de souffrance de la peau (nécrose...). Demandez conseil à un tabacologue (adresses sur le site www.drfyad.fr rubrique « préparez votre opération »).

Pas d'aspirine, ni d'Ibuprofène ou autre anti-inflammatoire dans les 15 jours qui précèdent l'intervention (risque de saignement).

Si vous entrez le matin de l'intervention, vous devez prendre une douche la veille et le matin avec un savon doux : savon unidose ou gel douche neuf comme prescrit sur l'ordonnance remise au cabinet (nouvelles recommandations juillet 2018).

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 brossage et coupe des ongles. Ne pas oublier le brossage des dents.

Vous pouvez sortir de la clinique sans brassière. Lors du contrôle post opératoire la semaine suivant l'intervention, vous pourrez acheter une brassière à porter jour et nuit pendant 3 semaines. Elle doit rester confortable. Les armatures sont autorisées après 3 semaines. Vous pouvez la retirer pour les douches ou pour la laver.

Les bas de contention sont à mettre à la maison après la douche du matin de l'intervention (vous viendrez à la clinique avec les bas (ou chaussettes) aux pieds et à garder tant que vous ne vous déplacez pas normalement ; surélevez les jambes dès que vous êtes assise (cela favorise le retour veineux)

Vous sortirez avec des pansements imperméables au niveau du sein et du dos. Les douches sont autorisées. Les pansements seront enlevés à la consultation de contrôle au cabinet 7 jours après votre sortie de clinique.

Afin d'éviter tout surmenage après l'intervention, pensez à planifier la gestion des tâches domestiques (courses, repas, enfants ...). Il est important de bien se reposer. Faites vous seconder.

Afin d'éviter tout risque de déplacement des prothèses, il est important de ne pas dormir sur le ventre et d'éviter de dormir sur le côté (mettez des coussins sous les bras), de ne pas porter de lourdes charges (enfant, courses ...) et de ne pas faire de sport, ceci pendant 4 à 6 semaines.

Pas d'exposition solaire, ni d'UV pour les cicatrices pendant 6 mois.

3° CONFORT

Prenez vos antalgiques régulièrement sans attendre l'apparition de la douleur. Les anti-inflammatoires sont à arrêter en cas de brûlures d'estomac ou de diarrhées.

L'Ixprim (Tramadol) doit être arrêté en cas de nausées ou vomissements.

Hydratez vos seins avec une crème hydratante et massez les cicatrices avec une crème de soin dès que possible. Nous pouvons vous conseiller. Cela vous permet aussi de vous réapproprier votre silhouette.

4° URGENCES

En cas de chaleur, douleurs, rougeurs, température supérieure à 38°, augmentation du volume d'un sein, écoulement d'un sein ou en cas de douleur d'un mollet, s'il gonfle, si vous vous sentez essoufflée ou si vous avez une douleur nouvelle à la poitrine ou dans le dos ce peut être une phlébite : appelez rapidement Caroline au cabinet **03-83-30-28-91**.

En dehors des heures ouvrables, contactez le Dr FYAD sur son portable au **06-14-25-11-18** et laissez toujours un message.

En cas d'extrême urgence, composez le 15.

Le Docteur FYAD passera vous voir dans votre chambre le soir même de l'intervention. Il ne pourra pas passer tous les jours, néanmoins, il reste toujours joignable par les infirmières, et passera sur simple demande de votre part. Caroline reste également joignable en permanence.

5° CONSULTATIONS ET SURVEILLANCE

Un rendez-vous de contrôle des pansements est prévu à J15.

Il faudra attendre la consultation du 3ème mois pour décider des retouches et améliorations de votre poitrine (forme, volume, niveau, consistance...)

1 à 3 interventions supplémentaires sont parfois nécessaires pour obtenir le meilleur résultat.