

# Plastie Mammaire

## Comment bien se préparer pour l'intervention ?

### Conseils à la maison :

- Se dépiler les aisselles
- Prendre une douche la veille **et** le matin de l'intervention (eau + gel douche neuf)
- Arrêter de fumer, boire et manger à partir de minuit (la veille de votre venue dans le service) mais au réveil : **Vous devez BOIRE un verre d'eau, une tasse de thé ou de café mais SANS sucre et SANS lait.**

## Comment se déroule mon opération ?

**Durée moyenne :** Entre 2 heures et 2 heures et demi

**Type d'anesthésie :** Anesthésie Générale

**Déroulement :** Chirurgie qui consiste à réduire le volume des seins et à les remodeler pour deux seins harmonieux par rapport à votre morphologie.

## Quelles recommandations dois-je suivre pour un bon rétablissement ?

### Conseils à la maison :

- Ne pas porter de charges lourdes
- Pas de bain ou de piscine pendant 6 semaines
- Porter un soutien-gorge de **maintien** jour et nuit pendant 1 mois puis uniquement la journée le mois suivant
- Ne pas exposer les cicatrices au soleil durant les **12** premiers mois. Si les cicatrices sont exposées : mettre de la crème écran total

**Reprise sport / conduite :** Attendre **1-2** mois avant la reprise du sport (**vérifier auprès de chirurgien**). Par contre marche autorisée dès le lendemain de l'intervention

## Comment se déroule les pansements

**Temps de cicatrisation :** Entre 2 et 3 semaines

**Premier pansement :** Dès le lendemain de l'intervention après avoir pris la douche et tous les jours.

Retirer le pansement avant de prendre la douche. Si vous avez peur de toucher la cicatrice, il faut savonner au-dessus de la poitrine puis laisser l'eau et le savon nettoyer les cicatrices.

Puis réfection du pansement : pansement sec type mépore ou mépilex border. Mettre le soutien-gorge après

## Quel traitement est nécessaire suite à cette intervention ?

**Traitement :** Un traitement antalgique vous est prescrit pour éviter l'apparition de douleur

## Qu'est-ce qui doit m'alerter ?

### Signes inquiétants :

- Rougeur et/ou écoulement au niveau des cicatrices
- Fièvre
- Hématome : présence d'un caillot de sang = le sein est dur comme de la pierre au niveau de l'hématome

**Numéro à appeler :** **01.45.17.80.67 (du lundi au vendredi entre 8h00 et 19h00)**

**01.49.81.25.24 (si le premier numéro de téléphone ne répond pas)**

**Si vous deviez aller aux urgences, ramenez l'ensemble de vos documents de sortie**

**Ce document est une fiche conseil et ne remplace en aucun cas les conseils et recommandations de votre chirurgien**

