

Directives à l'intention du patient

Augmentation mammaire

Les directives suivantes concernent les patients ayant subi une augmentation mammaire. Puisque les besoins chirurgicaux ne peuvent être exactement les mêmes d'une patiente à l'autre, il est important de se rappeler les détails de la chirurgie ayant été exécutée et de se souvenir que le temps de guérison peut varier d'un individu à l'autre. Les directives suivantes peuvent être personnalisées selon les besoins de chaque patiente. Si tel est le cas, nous vous donnerons des instructions en conséquence. Autrement, nous vous demandons de suivre les directives ci-dessous très attentivement, afin d'accélérer votre guérison et de maximiser les résultats de votre chirurgie.

1. Comme vous venez de subir une intervention chirurgicale, pendant les 14 jours suivant la chirurgie, faites preuve de bon sens en limitant vos activités normales, vos exercices et toute activité requérant des efforts ou de soulever des objets lourds.
2. Il est possible que vous marchiez le lendemain de votre chirurgie, mais vu les effets normaux suivant une anesthésie et une intervention chirurgicale, une certaine fatigue pourrait persister pendant 3 à 7 jours.

Il est tout à fait acceptable de marcher un peu le lendemain de votre chirurgie. Évitez toutefois de soulever des objets lourds pendant les deux semaines suivant la chirurgie. Le jogging et les exercices sans contact peuvent être repris après deux semaines avec le port d'un soutien-gorge sport. Vous devriez attendre au moins quatre semaines et avant de reprendre les sports intenses en toute sécurité.
3. Le plus tôt possible après l'opération, nous recommandons que vous commenciez à déplacer vos prothèses dans quatre directions (vers le haut, vers le bas, vers l'intérieur et vers l'extérieur), et ce, trois fois par jour, afin de prévenir la formation de contractures capsulaires. Après le premier mois, vous pourrez réduire à une fois par jour, la fréquence de ces exercices (lorsque vous prenez votre douche, par exemple).
4. Bien que certaines personnes préfèrent ne pas porter de soutien-gorge à maintien renforcé pendant le premier mois postopératoire, vous pouvez décider d'en porter un (sans armature) pendant vos activités quotidiennes, afin de réduire l'inconfort postopératoire. Vous devez toutefois l'enlever, à l'occasion, pour exécuter les exercices décrits ci-dessous (voir le no 4). Après le premier mois, l'utilisation d'un soutien-gorge à maintien renforcé devrait se faire selon votre mode de vie habituel.
5. Sauf indication contraire, vous pouvez recommencer à prendre vos médicaments habituels le lendemain de la chirurgie. Souvenez-vous que vous devriez éviter tout médicament contenant de l'aspirine, tout anti-inflammatoire ou anti-inflammatoire non stéroïdien, tel que l'ibuprofène, ainsi que tout autre médicament anticoagulant pendant les deux semaines suivant la chirurgie. Pendant cette même période, vous devriez également éviter l'alcool, la vitamine E et les cigarettes. Vous devriez attendre six semaines avant d'appliquer une crème à base de vitamine E à l'endroit de la chirurgie.
6. Il est normal qu'une petite quantité de liquide clair, couleur paille ou rose, s'écoule des incisions jusqu'à dix jours après la chirurgie. Si le liquide sent très mauvais, est épais, vert ou jaune, veuillez communiquer avec votre médecin.
- 7.

8.

Votre premier pansement restera en place jusqu'au moment de votre rendez-vous de suivi postopératoire avec votre médecin. Le pansement devrait être maintenu propre et changé tous les jours, selon les directives du médecin.

9.

Pendant la première semaine suivant l'intervention, évitez de mouiller complètement l'endroit ayant subi l'intervention. Il est préférable de laver le reste de votre corps avec un gant de toilette. Pendant la deuxième semaine suivant la chirurgie (ou à la suite de votre première rencontre avec votre médecin), vous pouvez vous doucher, sans toutefois diriger le jet d'eau directement vers l'endroit opéré. La ligne d'incision ne devrait pas être trempée pendant plus de cinq minutes à la fois. À la troisième semaine suivant la chirurgie, tous les types de bains raisonnables sont permis.

10.

Certaines bandelettes adhésives pourraient décoller pendant que vous vous lavez. C'est normal lorsqu'elles sont mouillées. Évitez toutefois de tirer ; il est préférable de les laisser tomber d'elles-mêmes. Après trois semaines, toutes les bandelettes adhésives peuvent être retirées en toute sécurité.

11.

La plupart des fils de suture utilisés en chirurgie plastique des seins sont résorbables et n'ont donc pas besoin d'être retirés.

12.

Pendant les trois semaines suivant la chirurgie, une exposition excessive au soleil (incluant dans les salons de bronzage) pourrait prolonger l'enflure et blesser la cicatrice et votre peau. Vous devriez donc toujours protéger votre peau à l'aide d'un écran solaire puissant, contenant du PABA (acide p-aminobenzoïque), afin de réduire les dommages inévitables et les effets du vieillissement causés par le soleil sur votre peau.

13.

Il est toujours difficile de prévoir le temps de cicatrisation exact, mais en suivant les directives qui vous sont données ici et celles que vous donnera votre chirurgien, vous maximisez vos chances d'obtenir un bon résultat. Veuillez également garder à l'esprit que la cicatrisation est un long processus. Et bien qu'une grande partie de la guérison se fasse à l'intérieur des six premières semaines, l'endroit où la chirurgie a été effectuée poursuivra son processus de maturation, pâlera et s'aplanira pendant une période de trois mois à deux ans.

14.

Finalement, pour votre bien-être, il est **très important** que vous suiviez dans leur intégrité toutes les directives que votre médecin vous donnera et qu'après votre chirurgie, nous surveillions vos progrès sur une base régulière.

Nous apprécions grandement la confiance que vous nous avez accordée en nous permettant de vous accompagner vers l'amélioration de votre apparence et de votre santé. Soyez assurés que nous déploierons nos meilleurs efforts afin que vous parveniez à des résultats chirurgicaux qui soient les plus satisfaisants possible, selon votre anatomie et votre condition particulières.

- Daniel L. Durand M.D.



Secrets Medspa Inc.