

## ◆ APRES UNE REDUCTION MAMMAIRE

Cette fiche d'information vous explique les suites opératoires habituelles et vous donne les principales consignes de sécurité post-opératoire. Vous sont exposés ici les troubles mineurs qui ne doivent pas vous inquiéter. Sont également énoncés les signes plus alarmants qui doivent vous amener à contacter votre chirurgien. Ce document, complémentaire de l'information orale que vous avez reçue de votre chirurgien, vous permet d'aborder au mieux la période post opératoire.

### Informations générales

Après une chirurgie mammaire, il vous est conseillé d'éviter tout effort ou port de charge dans le premier mois suivant l'intervention.

**Les ordonnances** qui vous ont été remises comprennent les soins de la ou des cicatrices cutanées. Si vous n'avez pas d'ordonnance de soins, c'est que vous n'avez pas à en faire.

**La durée de la convalescence, la date de reprise du travail ou d'une activité physique** normale dépendent de votre état. Vous discuterez avec votre chirurgien de la date de reprise de vos activités.

**Une consultation post opératoire est programmée dans les 8 à 15 jours avec votre chirurgien** pour suivre l'évolution de la cicatrisation.

### Consignes spécifiques et soins :

**Port du soutien-gorge** pendant 4 semaines jour et nuit puis 15 jours, la journée uniquement. Il est préférable de laisser passer 3 mois avant de remettre des soutien gorges à armatures.

**Le port des bas ou chaussettes de contention** est souhaitable au moins pendant une semaine après votre intervention.

**Pansement** : Gardez votre pansement sans le toucher après l'opération sauf avis différent de votre chirurgien. Le premier pansement sera enlevé et refait par l'infirmière au cabinet lors de votre première consultation post-opératoire à une semaine.

**Les douches sont permises** dès le lendemain de l'opération. Le pansement est imperméable ; veillez toutefois à ce qu'il soit bien sec après la douche. Si ce n'est pas le cas, contactez le cabinet par mail ou au 09 86 06 72 08

**La plupart des fils sont résorbables, les fils non résorbables** seront enlevés entre 15 et 21 jours au cabinet après avis de votre chirurgien.

Dès que vous n'aurez plus besoin de pansement, vous appliquerez la pommade cicatrisante prescrite matin et soir et le protocole de massage qui vous a été remis par l'infirmière du cabinet.

### Ce qu'il est normal de ressentir ou de présenter :

#### Des douleurs au niveau de la cicatrice ou du sein

- ✓ **Une application de froid** peut vous soulager, attention de ne pas mettre de glace en contact direct avec la peau, il faut interposer un linge entre la poche de glace et votre peau.
- ✓ **Un traitement médicamenteux** contre la douleur peut être utilisé, notamment les 48 premières heures. Du paracétamol (sans dépasser le dosage maximal de 4 grammes par 24 heures) est la plupart du temps suffisant. Si cela n'était pas le cas, contactez le cabinet par mail à l'adresse [chirplastique.darcy@gmail.com](mailto:chirplastique.darcy@gmail.com)

A noter : il n'y aura pas d'ordonnance de paracétamol établie, ce médicament étant délivré librement en pharmacie et non remboursé pour votre intervention.

**Un œdème** (gonflement) parfois important qui mettra en moyenne un mois à se résorber

**Des ecchymoses** (bleus) qui mettront 2 à 3 semaines à disparaître

**De légers saignements** les premiers jours

**Une fatigue générale** qui s'estompera dans la première semaine

➡ **Pour plus d'informations** : consultez la fiche SOFCPRE [en cliquant ici](#)

### Ce qui doit vous alerter et vous faire contacter votre chirurgien :

**Une douleur importante ou persistante**, résistante aux calmants, au niveau de la cicatrice ou du sein.

**Un écoulement abondant** au niveau de la cicatrice.

**Une rougeur ou une chaleur importante** de la zone opérée.

**Une température élevée** (supérieure à 38,5°C) les jours suivants l'opération.

**Un essoufflement et/ou une toux inhabituels**

**DANS LES CAS DE DOUTE, CONTACTEZ TOUJOURS LE CABINET**

par mail [chirplastique.darcy@gmail.com](mailto:chirplastique.darcy@gmail.com) ou téléphone au 09 86 06 72 08

Le tabac augmente considérablement le risque de difficulté de cicatrisation interne et externe. Il est donc expressément recommandé de ne pas fumer durant la convalescence.