



## CRUROPLASTIE

Vous venez d'être opérée d'un lifting de la face interne des cuisses associé à une lipoaspiration.

Vous trouverez dans ce document les principales consignes postopératoires:

L'intervention est peu douloureuse, un simple traitement antalgique suffit pendant quelques jours. Les ecchymoses disparaîtront en 15 jours.

Un **pansement simple** sera changé toutes les 48h par une infirmière. Des piqûres d'**anticoagulants** seront prescrites tous les jours pendant 10 jours. Le port de **bas de contention** est nécessaire pendant la durée des anticoagulants.

Les **douches** sont autorisées à partir du 2<sup>ème</sup> jour, grâce à l'utilisation de colle biologique sur les cicatrices. La survenue d'une infection est prévenue par une **hygiène pré et post-opératoire rigoureuse** jusqu'à cicatrisation complète. Bien sécher le site opératoire après la douche. Après chaque passage aux toilettes, vérifier que vos pansements ne sont pas souillés.

Les **fils de sutures** utilisés sont résorbables, leurs boucles sont retirées à 15 jours, lors de la consultation post-opératoire.

Le port d'un **panty** adapté est souhaitable pendant un mois jour et nuit puis un mois le jour.

Il est nécessaire de prévoir une **convalescence** de 15-21 jours, en fonction de votre activité professionnelle.

Le **sport** ainsi que les **rapports sexuels** sont proscrits pendant 1 mois.

La reprise de la **conduite** est possible à partir du 15<sup>ème</sup> jour post-opératoire.

Des **consultations de contrôle** à 15j puis 3 mois, 6 mois et un an sont programmées pour le suivi.

Un **régime sans graisse et sans sucres** rapides doit être maintenu 3 semaines après l'opération en insistant sur la prise de légumes et de fruits.

Le **résultat final** ne peut être apprécié qu'après 3 mois post opératoires (diminution de l'œdème).

Après cicatrisation (2-3 semaines), **massez vos cicatrices** au moins deux fois par jour et ceci pendant 3 mois de manière appuyée, de façon à diminuer l'évolution hypertrophique de certaines cicatrices. Parfois des patches de silicone seront prescrits.

Une **protection solaire** des cicatrices (écran solaire à indice élevé et vêtements) est nécessaire pendant une durée de 1 an minimum.

Un **arrêt total du tabac** est indispensable 2 mois après l'intervention.

L'apparition de douleurs intenses, de fièvre, d'écoulement, de problèmes de cicatrisation doit amener à **contacter le service** pour prendre un RDV avec votre chirurgien, ou le chirurgien d'astreinte le week-end (vous trouverez le numéro de téléphone sur vos ordonnances de sortie). Prenez toujours votre température avant d'appeler pour une urgence.

### En cas d'urgence

En semaine et avant 18h : **04 26 10 93 17** ou **04 26 73 28 22**  
Week-end et après 18h (chirurgien plasticien d'astreinte) : **06 07 63 86 04**

