



ABDOMINOPLASTIE

Vous venez d'être opérée d'une dermolipectomie abdominale associée à une lipoaspiration.

Vous trouverez sur ce document les principales consignes post-opératoires :

L'intervention est peu douloureuse, un simple traitement antalgique suffit pendant quelques jours.

Des **ecchymoses** (bleus) peuvent apparaître au niveau des régions traitées. Ils régresseront dans les 10 à 20 jours suivant l'intervention

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^{ème} jour, grâce à l'utilisation de colle biologique sur les cicatrices.

Les fils de sutures utilisés sont résorbables, leurs boucles sont retirées à 15 jours, lors de la consultation post-opératoire. Seuls les fils péri-ombilicaux ne sont pas résorbables et seront retirés lors de cette consultation

Le port d'une **gaine de contention abdominale** 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.

Une réduction des activités physiques est nécessaire pendant 15 jours. Le **sport** ainsi que le **port de charge lourde** sont proscrits pendant le 1^{er} mois, 2 mois en cas de cure de diastasis associée.

Les **rapports sexuels** sont autorisés à partir de 15j post-opératoire. La reprise de la **conduite** est possible à partir du 15^{ème} jour post-opératoires.

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.

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 1 mois avant et 1 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**