



## RÉDUCTION MAMMAIRE

Vous venez d'être opérée d'une réduction mammaire

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.

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.

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

Le port d'un **soutien-gorge** 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.

La pratique d'un **sport** est proscrite 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.

L'aspect immédiat du sein est volontairement haut en raison du déroulement naturel du sein par la suite.

**Le résultat final** ne peut être apprécié qu'après 3 à 6 mois post opératoires (diminution de l'œdème et modification de la forme du sein).

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 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.

Les consignes suivantes sont valables en cas de suites simples. En cas de complications, il est important de suivre les instructions de votre chirurgien.

### 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**

