

## Après une réduction 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 les premières semaines suivant l'intervention.

**Les ordonnances** qui vous ont été remises comprennent les soins post-opératoires : réfection des pansements, traitement anticoagulant....

**La durée de la convalescence, la date de reprise du travail ou d'une activité physique** normale dépendent de votre état.

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

En cas de question urgente ou de problème vous pouvez contacter directement votre chirurgien au **06 18 47 42 22**

### Consignes spécifiques et soins :

**Port du soutien-gorge** pendant 3 semaines jour et nuit.

**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 à domicile le lendemain de votre sortie de la clinique.

**Les douches sont permises** dès le lendemain de l'opération. Les jours suivants le premier pansement, planifiez un horaire avec votre infirmière afin d'enlever le pansement et de prendre la douche juste avant son arrivée pour la réfection de votre pansement.

**Les fils non résorbables** seront enlevés à 15 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.

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

**Des douleurs au niveau de la cicatrice ou du sein** : un traitement contre la douleur vous a été prescrit. Les 48 premières heures, prenez votre traitement de façon régulière, ensuite vous pourrez adapter les prises en fonction de votre ressenti douloureux.

**Un œdème** (gonflement) parfois important qui mettra en moyenne un mois à se résorber. Il peut évoluer de jour en jour et parfois même au cours de la journée.

**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

## 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.

**Dans les cas de doute,  
contactez toujours votre chirurgien.**

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.