



Guide d'enseignement

Chirurgie plastique

Informations suite à un réduction mammaire ou un redrapage

*Il est important d'amener ce guide à l'hôpital le jour de votre chirurgie.

Qu'est-ce qu'une réduction mammaire ou un redrapage ?

Chirurgie qui consiste à diminuer le volume des seins et/ou à relever les seins affaissés en enlevant l'excédent de peau et en repositionnant le sein.

Que faire si j'ai de la douleur?

- Il est possible d'avoir un inconfort (douleur, mal) modéré au niveau du site des seins. L'inconfort partira au bout de 2 à 3 jours.
- Vous pouvez, au besoin, prendre les médicaments contre la douleur (analgésiques) prescrits par votre chirurgien.
- Les médicaments contre la douleur peuvent donner de la constipation. Buvez beaucoup d'eau (6-8 verres par jour), mangez des fruits, légumes et céréales à grains entiers.
- L'enflure est normale en période après la chirurgie et est maximale entre la 2^e à 4^e journée. Ceci devrait s'améliorer au cours des 3-4 semaines suivant la chirurgie.
- Les ecchymoses (les bleus) sont normales et disparaîtront en 2-3 semaines.
- Des zones insensibles autour des incisions et à la peau sont aussi normales.

Quoi faire avec ma plaie, mon pansement, mes drains?

Suivre la consigne cochée

Un pansement couvre votre plaie.

- Gardez le pansement au sec (ne pas le mouiller) jusqu'au prochain rendez-vous avec votre chirurgien.
- Si vous n'avez pas de rendez-vous de contrôle avec votre chirurgien dans la première semaine, enlevez le pansement 3 jours après votre chirurgie. Il faut laisser en place les stéri-trips (petits collants).
 - Si des drains sont laissés en place, on vous indiquera comment en prendre soin.

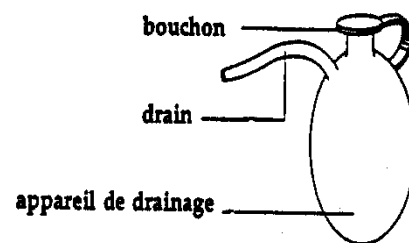
Mon hygiène, puis-je me laver?

Suivre la consigne cochée

- Le lendemain de la chirurgie, vous pouvez vous asseoir dans le bain, mais sans mouiller votre pansement. Pour l'hygiène du haut du corps, utilisez une débarbouillette.
- Vous pouvez prendre une douche lorsque vous aurez enlevé le pansement 3 jours après votre chirurgie. (si vous prenez un bain, il ne faut pas tremper le haut du corps).
 - Il ne faut pas frotter au niveau des cicatrices.
 - Asséchez doucement votre cicatrice après la douche.
- Si vous avez des drains, vous devrez attendre la consigne de votre chirurgien pour la prise de douche. (Si vous prenez un de bain, il ne faut pas tremper le haut du corps).

Quoi faire avec mon drain?

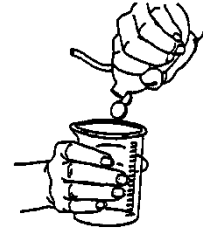
- Il y a aura du sang dans les drains surtout dans les premières 24 heures. La couleur passera du rouge au rose.
- Fixez le réservoir à vos vêtements (chandail ou chemisier) à l'aide de l'attache métallique. Ceci évitera de faire une tension au niveau de votre cicatrice.
- Assurez-vous qu'aucune tension ne soit exercée sur le tube.
- Assurez-vous que le tube se rendant au réservoir ne soit pas coudé (plié) ou détaché. Si le réservoir s'est détaché du tube, désinfectez l'extrémité à l'alcool à friction et le replacer dans son ouverture.
- Assurez-vous que l'écoulement du drainage se fasse bien. Si l'écoulement cesse brusquement, le pansement autour du drain deviendra souillé : votre drain pourrait donc être bouché. Vérifiez simplement si le tube est coudé ou détaché. Si le réservoir est plein, communiquez avec votre CLSC. Si vous n'avez pu contacter personne, présentez-vous à l'urgence.



Comment vider mon drain?

Vous devez vider le réservoir 2 fois par jour ou dès que le réservoir est plein. Vous devez aussi le vider si le réservoir n'est plus comprimé (n'a plus de suction).

1. Lavez-vous les mains avant de débiter la manipulation du drain;
2. Utilisez le contenant de plastique gradué que l'infirmière vous a remis;
3. Détachez le drain fixé à vos vêtements;
4. Enlevez le bouchon, le réservoir reprend sa forme originale. Ne pas toucher l'intérieur du bouchon avec vos mains et vous assurer qu'une fois ouvert, le réservoir n'entre pas en contact avec le contenant servant à mesurer ou avec toute autre surface;
5. Versez le contenu du réservoir dans le récipient gradué;
6. Refermez le réservoir et faire le vide d'air de la façon suivante :
 - Retirez le bouchon et compressez le réservoir à l'aide de la main jusqu'à ce qu'il soit plat;
 - Replacez le bouchon et le pousser à fond en maintenant la compression; le réservoir sera ainsi comprimé au maximum.
7. Notez la quantité de liquide du contenant gradué sur les tableaux prévus à cette fin à la page 6. Apportez ces informations à votre prochaine visite médicale;
8. Jetez le liquide dans la toilette et rincez le contenant à l'eau ;
9. Lavez-vous les mains.



Quelles activités faire?

- Portez un soutien-gorge sans armature (sport) tel que recommandé par votre chirurgien 24 heures sur 24 pour 4-6 semaines lorsque le pansement sera enlevé.
- Ne pas faire d'exercice ou de sport pour 6 semaines suivant la chirurgie.
- Évitez de lever vos coudes plus hauts que vos épaules pour 4 semaines, afin de diminuer la tension (de tirer) sur les cicatrices. Éviter de soulever des objets lourds durant les 4 premières semaines.
- Dormir sur le dos pour les 4 premières semaines.
- Si vous avez eu une anesthésie générale (endormi) ou que vous avez reçu une narcose (analgésie ou calmants dans les veines), vous pouvez conduire votre auto 24 heures après la chirurgie et dès que :
 - Vous n'avez plus de douleur;
 - Que vous ne prenez plus d'analgésie pouvant causer de la somnolence.

*Certaines conditions exigent l'autorisation du chirurgien avant de reprendre la conduite de l'auto (ex. : chirurgie de l'œil, présence d'un plâtre...).

Quoi faire avec mes médicaments?

- Ne prenez aucun médicament contenant de l'aspirine ou un anti-inflammatoire non stéroïdien (Advil, ibuprofène, etc.) à moins d'avis contraire de votre chirurgien.

! Quoi surveiller?

- Douleur qui augmente même avec les médicaments.
- Changement au niveau de la vision avec une augmentation de la douleur.
- Mal de tête important avec une diminution de la vision et/ou une pression à l'arrière de votre œil.
- Signe d'infection de votre plaie telle que :
 - Rougeur qui semble augmenter;
 - Induration (gonflement) de la plaie;
 - Écoulement de pus;
 - Douleur;
 - Chaleur.
- Température plus grande que 38,5°C (101,3 F).
- Présence de beaucoup de sang sur vos pansements.

Si une de ces situations arrive, appelez la téléphoniste de l'hôpital et demandez à parler à votre plasticien ou celui de garde via le 418 525-4444 ou le 418 649-0252 et faites le 0.

Le soir, la nuit, la fin de semaine et les jours fériés, il faut appeler la téléphoniste et demander le plasticien de garde via le 418 525-4444 ou le 418 649-0252 et faire le 0.

Si vous n'avez pas réussi à parler à un plasticien, il faudra aller à l'urgence de l'hôpital où vous avez été opéré.

Quand seront mes prochains rendez-vous?

- Le centre de rendez-vous de chirurgie plastique communiquera avec vous pour prévoir votre rendez-vous de contrôle selon les recommandations de votre chirurgien.
- Plus d'informations vous seront données lors de ce rendez-vous concernant :
 - La mobilisation;
 - Les soins et massages de la cicatrice;
 - Le port de la gaine ou de la bande de compression
 - Le retrait des agrafes ou des points de suture si nécessaire, car certains fondent seuls;
 - Le retour au travail;

- Autres.

Pour joindre l'unité de la chirurgie d'un jour :

- CHUL : 418 525-4444 poste 47448
- Hôpital de l'Enfant-Jésus : 418 649-5504
- Hôpital du St-Sacrement : 418 682-7511 poste 82142
- Hôpital St-François d'Assise : 418-525-4341
- L'Hôtel-Dieu de Québec : 418 691-5324

Guide validé par le Dr Sébastien Nguyen et les plasticiens du CHU de Québec.

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	