

AUGMENTATION MAMMAIRE

Les instructions suivantes s'appliquent aux patientes qui ont subi une augmentation mammaire. Puisque les besoins chirurgicaux peuvent varier d'une personne à l'autre, chaque intervention est donc individualisée pour satisfaire les besoins particuliers de chaque patiente. A cette fin, il se peut que les instructions suivantes soient modifiées, selon votre évolution, afin de répondre à vos besoins particuliers; dans ce cas, nous vous en aviserons. Autrement, nous vous demandons de suivre ces instructions attentivement afin d'accélérer votre guérison et de maximiser vos résultats chirurgicaux.

1. Puisque vous venez tout juste de subir une intervention chirurgicale, on vous prie de limiter les efforts physiques quotidiens et d'éviter de lever des objets lourds pour une période minimum de 14 jours suivants votre chirurgie.
2. Vous devez commencer les exercices pour déplacer vos prothèses **après** le premier rendez-vous avec votre chirurgien, à toutes les 2 heures afin d'éviter la formation de coques fibreuses pathologiques. Après le premier mois, cette fréquence peut être réduite à une fois par jour (Ex. : pendant la douche).
3. Il est préférable de ne pas porter de soutien-gorge pendant le premier mois suivant la chirurgie (sauf avis contraire du chirurgien). Cependant, si vous éprouvez un degré important d'inconfort post-opératoire, une brassière de sport peut alléger cette sensibilité; mais toutefois, les exercices décrits au point no. 2 (ci-dessus) doivent être respectés. Après le premier mois, le port de la brassière est à votre choix.
4. Vous pouvez vous lever debout le jour suivant votre chirurgie, mais une fatigue naturelle peut persister pour une durée de 2 à 3 jours à cause des effets tardifs de l'anesthésie et de l'intervention chirurgicale.
5. Vous pouvez reprendre vos médicaments habituels le lendemain de votre chirurgie. Les médicaments contenant de l'aspirine, les anti-inflammatoires non-stéroïdiens (tels que l'ibuprofène, Motrin, Advil, etc.) ainsi que tout autre médicament qui éclaircit le sang doivent être évités, si possible, pour une semaine suivant la chirurgie. L'alcool, la vitamine E et la cigarette doivent être évités pour 2 semaines suivant la chirurgie. De la crème contenant de la vitamine E ne doit pas être appliquée sur les cicatrices avant 6 semaines après la chirurgie.
6. Vous pourrez prendre des petites marches 72 heures après la chirurgie. La course ainsi que d'autres exercices légers ne devraient pas être repris avant 4 semaines. Tout autre sport et activité plus agressive peuvent être repris après 6 semaines de guérison.
7. Si un écoulement malodorant est évident au niveau de la plaie, ou si un écoulement est très épais, verdâtre ou jaune, veuillez contacter votre chirurgien immédiatement.

8. Éviter de mouiller vos plaies pendant une semaine après votre chirurgie. Il est suggéré de se laver à la débarbouillette pendant cette période. Durant la deuxième semaine, vous pouvez prendre une douche, mais les jets de la douche ne doivent pas être dirigés directement sur la plaie, et la plaie ne doit pas être trempée pour plus de 5 minutes à la fois. Trois semaines après la chirurgie, toute baignade est permise.
9. Il est probable que les diachylons de rapprochement se détachent, eux-mêmes, lorsqu'ils seront mouillés. Ceci est normal. Veuillez éviter de les tirer; il est préférable de les laisser tomber par eux-mêmes.
10. Pendant les 3 premières semaines après la chirurgie, l'exposition au soleil (incluant les salons de bronzage) peut nuire à la guérison des cicatrices ainsi qu'à votre peau. Après 3 semaines, il est préférable de toujours protéger votre peau avec une crème protectrice contenant du PABA afin de diminuer les effets de vieillissement de la peau au soleil.
11. La guérison de la cicatrice est toujours difficile à prédire exactement, mais en suivant ces instructions et celles de votre chirurgien, vous vous assurez de la meilleure chance pour un bon résultat. Il est important de noter que même si la grande partie de la guérison de votre plaie se fait au courant des 6 premières semaines, le site opératoire ainsi que les cicatrices continueront à mûrir, s'estomper, et se consolider pendant 3 à 24 mois.
12. Finalement, il est très important pour votre bien-être que vous suiviez attentivement toutes les instructions de votre chirurgien, et que nous suivions votre évolution régulièrement suite à la chirurgie. Si vous éprouvez des difficultés ou des problèmes urgents, veuillez contacter l'Institut de chirurgie spécialisée au (514) 737-6100.
13. **N'UTILISEZ AUCUN PRODUIT À BASE DE CANNABIS, LES INTERACTIONS AVEC VOTRE MÉDICATION POURRAIENT ÊTRE DANGEREUSES POUR VOTRE SANTÉ**

Conduire une voiture

Les analgésiques pourraient affecter votre capacité à conduire
Vous ne devez pas conduire de véhicule à moteur, utiliser des machines dangereuses et / ou prendre une décision importante jusqu'à 24 heures après l'utilisation de stupéfiants

Pour prévenir la constipation

- Prendre 1 verre d'eau tiède sur un estomac vide le lendemain de la chirurgie
- Boire 6-8 verres d'eau par jour, manger à des heures régulières, faire un exercice judicieux
- Augmenter votre consommation de fibres (fruits frais, légumes cuits, pain à grains entiers, etc.)

Si ce n'est pas efficace

- Essayer 1 verre d'eau chaude avec 1 verre de jus de pruneau le matin à jeun
- Consulter votre pharmacien qui pourrait vous suggérer un autre produit

**De la part de toute l'équipe d' ICS Montréal,
nous vous souhaitons une belle convalescence !**

Nous apprécions la confiance dont vous nous avez fait part en nous permettant
de vous assister à améliorer votre apparence et votre santé.

Soyez assurée que tous les efforts seront déployés afin que vous puissiez
obtenir le meilleur résultat possible !

N'hésitez pas à nous contacter pour toutes questions.

Courriel : dldurandmd@aol.com

Institut de chirurgie spécialisée de Montréal

6100, avenue du Boisé, suite 112

Montréal, Québec H3S 2W1

(514) 737-6100

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Daniel L. Durand', with a stylized flourish at the end.

Daniel L. Durand, M.D., F.R.C.S.(C), F.A.C.S.

PLASTIC AND AESTHETIC SURGERY

Member

AMERICAN SOCIETY OF

PLASTIC AND RECONSTRUCTIVE

SURGEONS, INC.