

Département de l'appareil locomoteur  
Service de chirurgie plastique et de la main

# Chirurgie de l'hypertrophie mammaire



*L'équipe infirmière vous informe*

Ce dépliant a été conçu pour vous donner des informations sur votre prochaine hospitalisation et sur la façon d'anticiper et de préparer de manière optimale votre retour à domicile.

Vous allez subir une **réduction mammaire**:

1. Le jour opératoire ou le soir précédent, le chirurgien passera vous faire les « marquages » sur la ou les zones cutanées à opérer. Ils se réalisent au moyen d'un stylo type « feutre », stérile, dont le dessin disparaît par la suite. Profitez-en pour lui poser les questions éventuelles restées en suspens.
2. La veille au soir et le jour opératoire, vous prendrez une douche avec le savon désinfectant Lifoscrub®, comme vous l'avez déjà fait à domicile pendant les cinq jours précédents votre hospitalisation. Pour garantir un effet optimal, vous devez faire mousser et laisser agir au minimum 2 minutes avant de procéder au rinçage. La veille opératoire, nous vous demanderons de vous raser les aisselles.
3. A votre retour de la salle d'opération, l'infirmière vous installera un bandage de contention de type «cœur croisé» destiné à soutenir les seins lors des levers.
4. Au deuxième jour postopératoire, les pansements seront refaits et les drains normalement enlevés (en fonction de la quantité ramenée, il se peut que vous rentriez à la maison avec une ou deux petites bouteilles de Redons® jusqu'à la prochaine consultation).
5. Après le premier pansement, vous devrez porter un soutien-gorge de type Sloggi®. L'infirmière vous le proposera au prix de Frs 15.- pièce environ. Celui-ci devra être porté 24h/24h pendant trois semaines afin d'éviter toute tension sur les sutures encore fragiles et ainsi favoriser la cicatrisation. Des soutiens-gorge Sloggi® sont disponibles dans le service, de la taille 36 à 46, en blanc ou noir.
6. Plus tard, lors de votre consultation chez le chirurgien, on vous proposera éventuellement le port d'une brassière « Z-Bra® » qui assure une contention adéquate et optimale. Elle est en vente dans certaines pharmacies, au prix approximatif de Frs 98.-, qui sera à votre charge ou remboursé selon votre caisse maladie. Une brochure informative vous sera remise à la fin de votre hospitalisation.
7. Les fils seront enlevés environ dix jours après l'opération, à la consultation.

8. Votre **retour à domicile aura lieu dès le deuxième jour postopératoire avant 11h**. Prévoyez l'aide de votre entourage car il faudra éviter:
- De porter des charges lourdes,
  - D'accomplir des tâches ménagères lourdes,
  - De soulever des enfants en bas-âge,
  - De lever les bras au ciel,
  - De vous pencher en avant pour ramasser un objet (pliez plutôt les genoux, en gardant le dos droit),
  - De dormir à plat (ajoutez un oreiller supplémentaire),
  - De dormir sur le ventre jusqu'à nouvel ordre,
  - De vous balader avec de gros chiens tenus en laisse,
  - De reprendre vos activités sportives prématurément, discutez-en d'abord avec votre chirurgien.

Malgré votre opération, le port de la ceinture de sécurité est autorisé en voiture.

En suivant ces consignes, vous favoriserez la cicatrisation des sutures.

Lors de votre sortie, vous recevrez les ordonnances, certificats nécessaires et votre prochain rendez-vous en consultation.

N'hésitez pas à poser toutes vos questions ou de faire part de vos craintes au personnel soignant.

Nous serons heureux de vous rencontrer prochainement dans notre service.

**Remarque:**

Votre chirurgien vous informe que selon votre durée de séjour et pour des besoins de suivi, vous serez vu(e) les lundis, mercredis, vendredis lors de la grande visite par l'équipe médico-soignante au grand complet. Veuillez signaler au personnel soignant si vous ne désirez pas être vu(e) par toute l'équipe lors des grandes visites.

## LEXIQUE:

### Redon:

Petite (drain) bouteille en plastique pouvant contenir jusqu'à 200 ml. Celle-ci est reliée au site opératoire par un petit tuyau. Sa fonction est de drainer le sang ou le liquide lymphatique afin d'éviter les hématomes ou les épanchements de liquide dans la cicatrice. Il est habituellement fixé à la peau avec un fil. Son volume permet de la dissimuler dans une poche à l'abri des regards.



### Sloggi®:

Soutien-gorge de type brassière, sans armature, à contention légère.



### Z-Bra®

Soutien-gorge de type brassière, sans armature, à contention soutenue.

