

Mon retour à domicile

Consultation à prévoir :



- Chirurgien : dans les 15 jours suivant l'opération, à environ 3 mois et 1 an.
- Oncologue



Les soins après l'intervention :

Soins à domicile :

- changement des pansements, uniquement par le personnel infirmier,
- surveillance et gestion des drains (infirmier ou formation par le personnel infirmier avant votre sortie).

De la **rééducation par un kinésithérapeute** peut vous être proposée pour aider à la cicatrisation, retrouver une mobilité au niveau de l'épaule, éviter les raideurs...



- Pas de bain jusqu'à cicatrisation.
- Pas de douche jusqu'à l'ablation des drains. Si vous mouillez les pansements ou drains, essuyez par tapotement, ne pas frotter.
- Privilégiez l'utilisation du gant de toilette.

Les signes fréquents qui ne doivent pas vous alerter :

- Une perte de sensibilité au niveau de la zone opérée.
- Des douleurs pendant les premiers jours : prescription d'antalgiques par votre chirurgien.
- Un gonflement au niveau du sein opéré peut persister pendant plusieurs semaines (ne pas appliquer de froid ou de chaud).
- Un hématome pendant les premiers jours.
- Un sérome, une "boule" dure au niveau du sein opéré, disparaît spontanément après plusieurs semaines.

Les signes qui doivent vous alerter :

- ! • fièvre > 38 °C ou des frissons, tremblements,
- persistance ou accentuation de la douleur,
- écoulements, rougeurs au niveau de la cicatrice ou des drains,
- douleur, rougeur, chaleur au niveau des mollets.

Mon retour à domicile



Puis-je reprendre mes activités ?

La reprise d'activité doit se faire **progressivement** et en accord avec votre chirurgien. Vous avez subi une intervention chirurgicale, votre corps **nécessite du repos**.

Jusqu'à cicatrisation, évitez :



- les activités physiques et sportives intenses,
- le port de charges lourdes (>3kg),
- de lever le bras à 90°,
- les mouvements qui pourraient tirer sur vos plaies,
- de dormir sur le ventre.

Il sera possible de :



- reprendre la marche dès votre sortie,
 - reprendre vos activités physiques modérées 6 semaines après l'intervention,
 - reprendre la conduite une fois que vous aurez retrouvé une mobilité totale du bras et de l'épaule,
- Les délais seront adaptés au cas par cas avec votre chirurgien.



Il est conseillé de porter un **soutien gorge/ brassière de sport (sans armature)** jours et nuits pendant au moins le 1er mois, puis uniquement la journée. Evitez de porter des vêtements trop serrés.



Consulter rapidement le secrétariat du service où vous avez été opéré ou les urgences.



Contact :



Votre chirurgien va bientôt réaliser une intervention avec

LA POSE D'UN IMPLANT MAMMAIRE à visée reconstructrice

Cette brochure permet de vous informer sur votre parcours de soins.

L'intervention

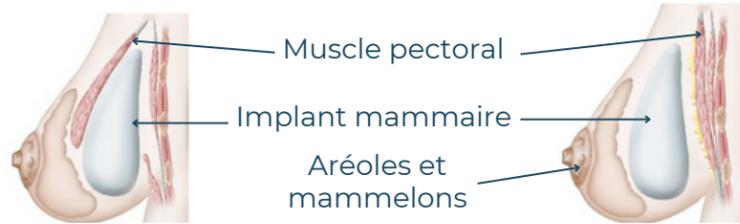
La reconstruction mammaire est une intervention chirurgicale qui consiste à remplacer le tissu mammaire retiré lors de la mastectomie par un implant mammaire.

La reconstruction peut nécessiter plusieurs interventions :

1. Pose de l'implant mammaire.
2. Harmonisation des deux seins (intervention sur le sein non atteint).
3. Reconstruction de l'aréole et du mamelon (peut être parfois réalisé lors de l'harmonisation).

Les étapes 2 et 3 ne sont pas obligatoires, ce sont des interventions à visées esthétiques.

L'implant est inséré par la même incision que lors de la mastectomie, en dessous ou au dessus du **muscle pectoral** (décidé au cas par cas avec le chirurgien).



Implant en dessous du muscle

Implant au dessus du muscle

Dans le cas où votre peau est assez souple et saine, le chirurgien pourra directement poser la **prothèse mammaire permanente**. Sinon, il posera une **prothèse d'expansion** pour étirer la peau et créer l'espace nécessaire à la pose de la prothèse permanente.

- Prothèse d'expansion avec valve : "poche vide" en silicone :
 - Elle est remplie partiellement d'eau salée stérile lors de la pose.
 - Puis toutes les 1-2 semaines, le chirurgien continue de remplir la poche. A l'aide d'une aiguille, il injecte le liquide dans la valve. Le remplissage de cette prothèse peut prendre 2-3 mois.
 - Au moins 3 semaines après le dernier remplissage, la **prothèse d'expansion sera remplacée par une prothèse permanente**.

- Prothèse permanente : poche en gel de silicone



Préparer mon intervention

Avant l'intervention :



- consultation avec le chirurgien,
- consultation avec un médecin anesthésiste,
- prise de sang.



Pour améliorer la cicatrisation et limiter la survenue de complications, il est conseillé **d'arrêter de fumer au moins 4 semaines** avant l'intervention.



Pour améliorer la souplesse de la peau et limiter l'adhérence de la cicatrice, vous pouvez **quotidiennement masser votre sein et appliquer une crème hydratante**.

Les documents à apporter :



- Carte d'identité.
- Carte vitale.
- Mutuelle.
- Convocation éventuellement.
- Ordonnance avec mes traitements habituels.
- Résultats des bilans biologiques demandés.



Il peut vous être demandé d'apporter un soutien **gorge post-opératoire** : pour assurer un maintien adapté et limiter les frottements et risques d'irritation, votre peau étant plus sensible. Attention, ils ne sont pas pris en charge par la sécurité sociale, certaines mutuelles peuvent toutefois participer au remboursement.

Le jour J :



- se doucher à son domicile avant l'intervention,
- mettre des vêtements propres,
- ne pas se maquiller, ne pas se parfumer,
- retirer ses bijoux, son vernis, ses piercings,
- retirer les lentilles de contact, appareil dentaire, appareil auditif,
- ne pas fumer.

Puis-je manger ?



- possible de boire de l'eau **jusqu'à 2h** avant l'intervention,
- possible de manger **jusqu'à 6h** avant l'intervention.

Dois-je prendre mes médicaments ?



Ce sujet sera abordé lors de la consultation avec le médecin anesthésiste.

L'intervention, et ensuite?

Le déroulement de l'intervention :

- au bloc opératoire pour la pose de la prothèse. Les remplissages de prothèse d'expansion sont faits dans le cabinet du chirurgien.
- sous anesthésie générale,
- durée 1h à 2h.



- L'implant mammaire peut être posé au cours de la mastectomie. En accord avec vos médecins, vous déciderez du moment opportun.
- Au cours de l'intervention, des drains peuvent être posés et laissés en place pendant quelques jours (environ 7 jours), ils permettent d'évacuer le liquide. Ils seront retirés à domicile ou en consultation post-opératoire.

Quand est-ce que je pourrai rentrer chez moi ?



La durée d'hospitalisation varie de 2 à 7 jours en moyenne, selon l'intervention et votre récupération.



Pensez à prévoir un moyen de transport pour rentrer chez vous. Vous ne pourrez pas conduire dans les 24 heures suivant l'intervention, et devez être accompagné à votre domicile.

Quelle est la durée de vie d'un implant mammaire ?

Généralement, la durée de vie moyenne de l'implant est de **10 ans**. Au-delà de cette période, le chirurgien devra remplacer votre implant. Vous pouvez aussi décider de le retirer à tout moment.



A votre sortie, il vous sera remis un document précisant le dispositif médical implanté.

Ce document est à **bien conserver**. Cela permet d'informer les professionnels de santé de l'intervention réalisée et du dispositif implanté.