



RECONSTRUCTION MAMMAIRE

- Recommandations post-opératoires

- Gardez les pansements propres et secs jusqu'à la date indiquée par Dr Duguay. Par ailleurs, vous pouvez vous laver au lavabo.
- Habituellement, le 3e jour suivant votre opération, vous pouvez enlever le pansement et commencer à prendre votre douche. Il ne faut pas décoller les diachylons de rapprochement situés sur la plaie. Laissez-les en place pour 2 à 3 semaines, car ils favorisent la guérison de votre plaie. Laissez couler l'eau, le savon et le shampoing sans frotter la plaie. Assurez-vous de bien assécher les diachylons avant de mettre votre soutien-gorge (vous pouvez utiliser le séchoir à température moyenne).
- Vous devrez porter un soutien-gorge jour et nuit pour une période de 4 semaines. Au besoin, vous pouvez placer quelques compresses sèches à l'intérieur si la plaie coule un peu (ce qui est normal après l'opération). Si vous désirez vous procurer un soutien-gorge supplémentaire, nous en avons à la clinique que nous pouvons vous donner lors de votre premier suivi.
- **Ne pas prendre de bain**, de spa, ou de piscine avant que les plaies soient refermées, environ 1 mois. Vous devez attendre que Dr Duguay vous en donne l'autorisation.
- Il est important de bien suivre la posologie pour les premières journées. N'hésitez pas à les prendre aux heures suggérées et régulièrement afin de soulager la douleur et ainsi éviter qu'elle ne devienne trop élevée. (N'attendez pas d'avoir mal pour prendre vos médicaments, la douleur sera plus difficile à traiter si vous attendez)
- **Ne conduisez pas la voiture** si vous prenez des médicaments, des narcotiques ou si vous ne vous sentez pas suffisamment alerte.





RECONSTRUCTION MAMMAIRE

- Recommandations post-opératoires

- Évitez tout médicament qui pourrait vous faire saigner (Aspirine, Advil, Motrin ou autre) pour les 2 premières semaines. En cas de doute, informez-vous auprès de votre pharmacien.
- Reprenez votre alimentation progressivement selon votre tolérance.
- Votre convalescence sera d'environ 4 semaines, selon votre occupation. Tout travail physique est interdit durant cette période. Vous devez éviter de soulever des poids de plus de 10 livres et de lever les bras au-dessus des épaules.

Veillez toujours nous aviser si vous avez :

- De l'écoulement purulent;
- De la fièvre persistante plus de 24 heures;
- De la douleur intolérable non soulagée par la médication;
- De la rougeur, une sensation de chaleur ou de l'enflure qui augmente.

N'hésitez pas à communiquer avec un membre de l'équipe pour toute question ou inquiétude au 450 649-6000. Pour toute urgence hors des heures d'ouverture, vous pouvez communiquer avec nous via l'adresse courriel suivante: soins@monchirurgien.ca ou au 450-674-4894.

