



UN DERNIER MOT DE VOTRE CHIRURGIEN AVANT VOTRE REMODELAGE MAMMAIRE

Vous allez bientôt subir une « *réduction mammaire* ». Plus simplement, nous allons remodeler la silhouette de votre sein et de vos aréoles volume et le poids de vos seins en modifiant peu leur volume. Cette intervention apporte à la majorité des patientes un haut niveau de satisfaction.

L'organisation et la structure de la clinique ISOMED visent à créer un environnement pour que votre intervention se réalise avec un niveau de sécurité très élevé. Il est important de comprendre et de respecter les quelques consignes qui suivent. **Votre collaboration est donc essentielle** au succès de l'opération et à la prévention des complications. Vous avez en effet, vous aussi, de grandes responsabilités à cet égard.

Lisez attentivement ce document. Demandez également à votre accompagnateur de le lire afin qu'il puisse également participer au succès de votre intervention et à la prévention des complications.

PRÉPARATION À L'INTERVENTION

Alcool:

48 heures avant l'intervention toute consommation d'alcool DOIT être cessée. L'alcool modifie le métabolisme des médicaments qui vous seront donnés et rendent leur effet imprévisible.

Bijoux:

Les bijoux, piercing, etc. doivent être enlevés avant l'arrivée à la clinique. Il s'agit d'une norme de salle d'opération incontournable. Ceux qui sont en métal peuvent être responsables de brûlures en causant une fausse mise à la terre (ground) lorsque nous utilisons des appareils électriques qui servent à prévenir les saignements. Ceux qui ne sont pas en métal peuvent s'accrocher dans les bandes autocollantes des champs opératoires et s'arracher en causant des blessures. De plus, ils interfèrent avec la désinfection et sont porteurs d'une charge microbienne importante. Nous avons donc tout ce qu'il faut pour les couper... Laissez-les chez vous!

Soins de la peau:

Aucune application de crème ou lotion ne doit être faite sur la région opérée. Elles interfèrent avec l'action du produit désinfectant qui sera appliqué sur votre peau et peuvent contribuer à effacer le dessin du plan chirurgical qui tracé sur votre corps.

Jeûne:

La veille de votre intervention, vous pouvez manger de façon régulière, sans excès. **À compter de MINUIT la veille, vous devrez être à jeune de TOUT ALIMENT SOLIDE OU SEMILIQUIDE.**

Vous pouvez boire jusqu'à 4 heures avant votre intervention, MAIS SEULEMENT les liquides suivants:

- de l'eau.
- du café noir seulement, sans lait. Le sucre est permis.
- du jus de fruit totalement clair (ex. jus de pomme, mais pas de jus d'orange).

En résumé, RIEN ne doit solliciter le mécanisme de digestion.

Les 2 heures qui précèdent l'heure de l'intervention, vous ne devez plus rien consommer, ni eau, ni gomme, ni cigarette. **RIEN DU TOUT.**

Médicaments :

-Si vous prenez des médicaments à la maison, vous devez les apporter à la clinique le jour de l'intervention, bien identifiés. En général vous devrez les prendre comme à l'habitude, avec un peu d'eau, même le matin de l'intervention, à l'heure prévue SAUF SI NOTRE PERSONNEL VOUS a indiqué de ne pas les prendre.

LES MÉDICAMENTS dont la prise est souvent modifiée seront le :

-COUMADIN et les autres médicaments affectant la coagulation du sang (Aspirine, Plavix, Aggrenox, etc.).

-Les médicaments pour le diabète (Insuline, Metformine, Glucophage, Diabeta)

-Les médicaments qui font uriner: Lasix, Diazide, Hydrochlothiazide, ...)

-Si vous prenez des anovulants, vous devriez considérer leur arrêt un mois avant l'intervention. Ils augmentent significativement le risque de phlébite postopératoire. De plus, leur prise interrompue peut augmenter le risque de grossesse. Vous devez cependant adopter une autre méthode contraceptive EFFICACE.

-Deux semaines avant l'intervention, vous devez cesser tout médicament « naturel ». Leur composition incertaine pose un risque potentiel et ils ne sont pas indispensables.

Accompagnateur :

Vous devez absolument prévoir un accompagnateur responsable et totalement disponible lors de votre départ de la Clinique IsoMed. Prévoyez également une aide importante à la maison pendant les 3 premiers jours suivant l'intervention car vous serez incommodée par une douleur significative et vos déplacements seront limités pendant ces quelques jours.

• LE JOUR DE LA CHIRURGIE, À VOTRE ARRIVÉE À LA CLINIQUE

-Vous devrez vous présenter à la Clinique IsoMed à l'heure demandée. Ne portez aucun vêtement qui se glisse par-dessus la tête. Favorisez une chemise ample. N'apportez que le strict nécessaire, mais ayez votre carte d'assurance-maladie.

-Vous lirez attentivement votre consentement opératoire et le signerez.

-Un médicament sédatif pris par la bouche vous sera offert dès votre arrivée et son effet peut durer jusqu'à 8 heures.

-Nous donnerons vos prescriptions de départ à votre accompagnateur dès votre arrivée, ainsi il pourra obtenir vos médicaments pendant votre intervention. Nous l'orienterons vers les pharmacies les plus proches.

-**Votre accompagnateur ne peut séjourner à la clinique pendant l'intervention.** Nous l'inviterons à quitter la clinique Isomed dès votre admission et nous le rappellerons sur son cellulaire quand vous serez prête à quitter de façon sécuritaire. S'il n'a pas de cellulaire, un téléavertisseur numérique lui sera remis sans frais.

- **VOTRE SÉJOUR AU BLOC OPÉRATOIRE**

-AUCUN ACCOMPAGNATEUR N'EST ADMIS AU BLOC OPERATOIRE.

-Vous serez guidée par l'infirmière en tout temps. Après un passage à la salle de toilette pour vous préparer et vous changer, nous procéderons à une pesée, à un test de grossesse et à la prise de vos signes vitaux.

-Le chirurgien vous rencontrera et procédera à une dernière évaluation médicale et au dessin du plan chirurgical sur votre peau.

-Vous marcherez par la suite vers la salle d'opération et vous serez installée sur la table avec tous les appareils de surveillance les plus modernes. Une voie veineuse sera installée et on vous donnera tout de suite un peu de médicaments pour vous relaxer.

-Vos seins seront préparés avec une solution antiseptique.

-Un appareil pour masser vos jambes de façon continue sera installé, pour diminuer le risque de phlébite. Vous serez endormie sans aucune douleur par des médicaments injectés dans la tubulure de votre soluté, pour ne vous réveiller qu'après l'intervention complétée auprès d'une infirmière privée qui s'occupera de votre surveillance à la salle de réveil.

-Un bloc régional aura été fait pendant l'intervention par votre chirurgien de telle sorte que vous ne devriez pas avoir de douleur importante au réveil et pour plusieurs heures.

-Vous quitterez la salle de réveil quand vous serez stable, capable de vous alimenter et d'uriner spontanément. Nous informerons votre accompagnateur de votre évolution et lui indiquerons quand revenir vous prendre à la clinique.

-Votre premier rendez-vous de suivi sera prévu le lendemain ou le surlendemain, puis 4 à 5 jours plus tard, à la clinique Isomed, pour enlever vos sutures. Ceci peut varier selon votre lieu de résidence postopératoire (hôtel, ami(s), maison de convalescence, etc.).

- **APRÈS VOTRE DÉPART DE LA CLINIQUE ISOMED**

Médication et alimentation :

-Prenez vos médicaments tels que prescrits :

- Un anti-inflammatoire. Il s'agit le plus souvent de Naprosen, prescrit à raison d'un comprimé aux 12 heures. Cet anti-inflammatoire a peu d'effet secondaire et diminuera votre douleur. Prenez-le de façon régulière même si vous avez peu de douleur.
- Un relaxant musculaire. Il s'agit le plus souvent de Robaxacet, prescrit à raison d'un comprimé aux 8 heures. En relâchant vos muscles qui compriment l'implant, vous aurez moins de douleur. Ce médicament a peu d'effet secondaire sauf la somnolence.
- N'attendez pas que la douleur soit trop intense pour prendre vos comprimés de NARCOTIQUES. Il s'agit le plus souvent de Percocet ou de Tramacet. Allez-y doucement car TOUS les narcotiques peuvent donner des nausées et des vomissements. Quand la douleur sera moindre, nous vous suggérons de remplacer les narcotiques prescrits (Percocet) par du Tylénol (Acétaminophène 325 à 650 mg aux 4 heures). Alors que TOUS les narcotiques peuvent causer des nausées, des maux d'estomac, de la somnolence et assurément de la constipation, l'Acétaminophène (Tylenol) n'a pas ces effets secondaires.
- Des antibiotiques (Keflex ou Clindamycine) vous ont été prescrits. Il s'agit d'une prévention des infections et il est important de les prendre aux 6 heures.
- Une bonne alimentation et une excellente hydratation vont favoriser un bon retour d'un transit digestif normal. Nous vous avons également prescrit des laxatifs pour vous aider.

Pansements, soutien-gorge et hygiène:

-Après l'intervention, votre pansement sera très léger. Nous tentons de vous voir le lendemain matin pour remplacer ce pansement par un simple soutien-gorge.

-Dès le lendemain, il vous est permis de prendre un bain peu profond , et avec de l'aide, ou une douche . en orientant le jet d'eau vers le bas du dos. Des pansements de papier (« micropores ») seront encore appliqués sur les incisions et doivent être laissés en place. S'ils sont trempés, ils peuvent être asséchés au séchoir froid, ou épongés.

Drains :

-S'il est prévu que vous ayez des drains, vous quitterez la Clinique avec ceux-ci et l'on vous expliquera comment en prendre soin avant votre départ.

Mobilisation postopératoire:

-Le remodelage mammaire sans autre chirurgie combinée est une intervention en général peu douloureuse.

-Il vous est possible de bouger vos bras de façon raisonnable. Il peut être plus confortable de dormir les bras soutenus par des oreillers. Vous ne pouvez pas dormir sur les côtés pendant les premiers jours, mais un oreiller placé sous un côté du dos peut permettre une position à 45°.

-Vous devez éviter de garder le lit: pour diminuer les risques de phlébites, d'embolie pulmonaire, et l'affaissement de vos poumons. Déplacez-vous régulièrement, marchez doucement. La position semiassise dans un fauteuil de type « Lazy Boy » est sans doute idéale.

-Évitez les efforts. Faites vous servir !!!

-Vous devrez débiter les massages pour vos seins dès la première semaine. Ceux-ci vous seront expliqués par votre médecin lors de votre rendez-vous à la Clinique IsoMed après la chirurgie.

-Il n'est habituellement pas sécuritaire de conduire un véhicule avant AU MOINS 7 jours. Vous êtes limitée dans vos mouvements et ceci ne vous permet pas de réagir normalement au volant. Votre capacité de conduire dépend de l'évolution de cet inconfort. Cela ne peut être prévu à une date précise et votre jugement est requis. Vous devez porter votre ceinture de sécurité, lorsque vous vous déplacez en voiture. Il n'existe AUCUNE exception à la loi.

-Votre force augmentera progressivement et à 14 jours, la plaie sera suffisamment solide. Les activités légères, comme passer l'aspirateur, peuvent être reprises vers le 14e jour. Vous ne pourrez réaliser des activités lourdes, comme bêcher un jardin, de façon suffisamment confortable avant 6 à 8 semaines.

Cicatrice :

-Vers la 3^{ème} semaine, votre cicatrice deviendra plus solide mais aussi plus rouge, plus surélevée et plus adhérente. Ceci est normal et durera encore 2 mois ou un peu plus. Il faut fréquemment masser votre cicatrice et nous vous recommandons de le faire avec de l'huile de vitamine E, disponible sans prescription dans n'importe quelle pharmacie ou grand magasin à rayons.

Convalescence et arrêt de travail :

Une convalescence d'environ 3 à 8 semaines est habituelle pour ce type d'intervention selon que vous occupez un poste physiquement peu demandant ou plus exigeant, et selon l'importance de votre opération, rarement moins, rarement plus.

Si des formulaires doivent être complétés par notre secrétariat, ils le seront selon des critères établis par votre chirurgien. Prenez note que la majorité des compagnies d'assurances ne couvrent pas les frais ou absences causées par une chirurgie esthétique.

Les règles du Collège des Médecins nous imposent un délai de 30 jours pour compléter vos formulaires. Nous tentons de les compléter en 24 heures. Notre priorité demeurera cependant l'acte médical. Ces formulaires doivent être remis directement au secrétariat sans oublier d'y avoir inscrit votre nom et adresse. Des frais taxables sont exigibles et un reçu vous est remis.

Complications :

Si vous croyez avoir une complication qui demande une intervention immédiate, tentez toujours de NOUS joindre d'abord.

Nous vous connaissons. Nous savons ce que nous avons fait comme intervention. Une prise en charge de notre part risque d'être très efficace et de se faire sans délai.

Si vous croyez avoir une complication, précisez-le dans votre appel ou votre message. Notre politique est que le chirurgien soit avisé de façon prioritaire de toute complication chirurgicale possible.

**Pendant nos heures d'ouverture, composez le 450-650-0165
En dehors des heures de bureau, composez le 450-650-0165 et faites*911 POUR UNE URGENCE IMMEDIATE SEULEMENT.**

Le site internet n'est pas un moyen valable dans de tels cas
En cas d'échec de ces deux méthodes, composez le 911 et si vous n'êtes pas rassurée par l'orientation proposée, rendez vous à l'urgence la plus rapprochée directement.

SVP respectez cette séquence. Toute inversion de la séquence risque de causer un délai inutile dans le traitement car, en définitive, ce sera vraisemblablement toujours à la Clinique IsoMed que votre problème sera vraiment pris en charge.