



Recommandations concernant l'abdominoplastie

Vous avez rencontré la docteure Montalin et vous avez accepté de vous soumettre à une intervention visant à améliorer l'aspect de votre abdomen.

Trois composantes peuvent être améliorées si nécessaire, de façon isolée ou combinée (peau-gras-muscle). La laxité cutanée secondaire à une grossesse ou à une perte de poids peut être corrigée en excisant le surplus cutané et en retendant la peau. Un surplus de graisse à l'étage inférieur de l'abdomen pourra également être enlevé. La forme esthétique de l'abdomen sera améliorée par une lipoaspiration des excédents graisseux résiduels. On parle dans ce cas de liposculpture. Une laxité exagérée de la musculature abdominale pourra quant à elle être corrigée en procédant à une ceinture musculaire.

Il est évident que plus le candidat à une abdominoplastie est près de son poids-santé meilleur sera le résultat esthétique. D'où l'importance de perdre à l'avance tout excédant de poids. Une perte de poids d'au plus 5 kg après la chirurgie n'affectera pas beaucoup le résultat esthétique. Par contre toute perte de poids additionnelle entrainera une récurrence de la laxité cutanée.

Les personnes obèses ne sont pas de bonnes candidates à une abdominoplastie et sont habituellement déçues du résultat.

Au cours de l'entrevue, la docteure Montalin vous a expliqué les techniques et complications de l'intervention. Elle vous a notamment

mentionné que cette opération entraînerait la présence de cicatrices permanentes et elle vous a indiqué leurs positions.

Bien qu'habituellement les plaies guérissent rapidement, il peut y avoir infection, déhiscence ou retard de guérison secondaire à un manque de circulation sanguine (nécrose). Il peut enfin avoir formation de mauvaises cicatrices. Si c'est le cas, la docteure Montalin pourra peut-être vous proposer de les réviser. Les termes et conditions des retouches devront être discutés avec elle. Dans tous les cas, les frais de salle d'opération ou d'anesthésie seront à votre charge.

Vous devrez vous abstenir de consommer de l'aspirine ou toute substance pouvant avoir un effet sur la coagulation dans les 10 jours précédant l'intervention. Vous devrez également éviter tout abus dans vos activités physiques durant les jours précédant l'intervention et limiter votre consommation d'alcool.

On recommande évidemment à toute personne devant subir ce type d'intervention chirurgicale de cesser de fumer complètement trois mois avant sans même de timbre cutané. L'usage du tabac conduit très souvent à la formation de mauvaises cicatrices et nécrose (mort) des tissus.

Tous les frais relatifs à votre intervention devront être acquittés au moins 3 semaines à l'avance. Dans le cas contraire, votre réservation pourra être annulée sans autre préavis. Si vous développez un problème de santé pouvant vous empêcher d'être opérée de façon sécuritaire, veuillez nous en aviser au plus tôt.

L'heure de votre intervention vous sera communiquée au moins une journée à l'avance par le personnel de la Clinique. Si ce n'est pas le cas, veuillez nous contacter dès que possible. La plupart du temps, on vous demandera d'être à jeun à partir de minuit la veille.

La veille **et** le matin de l'opération, dans le but de réduire le risque d'infection en période postopératoire, il est essentiel que vous preniez une

douche et de vous laver avec une solution nettoyante antiseptique **SoluNet** ou l'équivalent, disponible dans les pharmacies.

Le jour de l'opération, vous devez éviter de porter du maquillage, du vernis à ongles et des bijoux;

Assurez-vous d'être à l'heure le jour de votre intervention. Présentez-vous à la Clinique de chirurgie plastique et esthétique de la Grande Allée au 425, Grande Allée Est, Québec. Empruntez la ruelle située à l'arrière de l'édifice à laquelle vous pouvez accéder par la rue Taché. Un espace de stationnement peint en bleu peut être utilisé par votre accompagnateur qui vous déposera près de la porte d'entrée arrière. Par la suite la voiture devra être relocalisée dans un stationnement public pour permettre aux autres personnes opérées ce jour-là d'être déposées à leur tour. Cet espace de stationnement pourra être de nouveau utilisé par votre chauffeur qui viendra vous reprendre en fin de journée.

Veillez s'il vous plait, ne pas utiliser le stationnement arrière lors de vos visites de suivi postopératoire car l'espace de stationnement est réservé pour les personnes opérées cette journée-là.

Entrez par la porte arrière de l'édifice et présentez-vous à l'accueil au rez-chaussée, un membre de notre personnel vous accueillera. On vous fera dévêtir et on vous préparera pour la chirurgie.

Vous aurez le loisir de discuter encore une fois avec la docteure Montalin de l'intervention elle-même. Elle pourra répondre à vos dernières questions et procédera au marquage des incisions.

L'intervention est faite habituellement sous anesthésie générale et dure environ 90 minutes. Les incisions seront refermées avec des points de suture résorbables, intérieurs. Un diachylon de papier sera appliqué sur les plaies.

Des drains aspiratifs sont souvent laissés en place pour quelques jours. Un petit réservoir contenant le sang sera fixé à vos vêtements lors du départ.

Bien que l'opération se fasse sous anesthésie générale, la docteure Montalin vous injectera habituellement des substances anesthésiques locales d'une durée d'action d'environ 8 heures, ce qui aura pour effet de diminuer votre douleur.

Le premier éveil se fera sur la table d'opération et par la suite vous serez acheminée à la salle de réveil où vous continuerez de reprendre conscience. L'opération est assez douloureuse surtout si on a retendu vos muscles abdominaux et il sera nécessaire de vous administrer des analgésiques. Il est possible que les effets secondaires de l'anesthésie se manifestent par des nausées et des vomissements ou encore par des chutes de pression.

Lorsque vous aurez suffisamment récupéré pour être capable de vous déplacer, vous pourrez quitter la clinique avec votre accompagnateur. Les douleurs sont habituellement un peu plus intenses durant les trois premiers jours et s'estompent progressivement par la suite.

Un pansement sera appliqué sur la plaie et fixé par une bande élastique de type Velcro. Vous pouvez ajuster vous-même la tension de cette bande pour maintenir un accolement des tissus en bonne position, favoriser un meilleur résultat esthétique et éviter des complications de sérome (accumulation de liquide nécessitant une ponction). Cette bande doit être serrée sur vous pour six semaines 24/24.

Il n'est pas nécessaire de changer les pansements avant votre première visite postopératoire.

S'il y avait écoulement continu de sang, il faudrait évidemment nous prévenir!

Un rendez-vous avec la docteure Montalin vous sera habituellement fixé dans les jours suivant l'intervention.

La docteure Montalin a l'habitude de vous prescrire des anti-inflammatoires puissants que vous prendrez aux 12 heures durant les premiers jours postopératoires. On vous prescrira au besoin des narcotiques ou des analgésiques comme doses d'appoint. Aucun de ces médicaments n'est nécessaire et vous les prendrez uniquement durant les périodes de douleur intense. Lorsque les douleurs auront suffisamment diminué après quelques jours, vous pourrez les arrêter complètement ou leur substituer du Tylénol.

Si vous quittez la clinique avec un drain aspiratif, on vous enseignera comment en faire la vidange et le réamorcer. Veuillez calculer dans une tasse à mesurer toutes les quantités retirées (en millilitres), les inscrire sur une feuille de papier, en faire le total journalier et apporter cette feuille lors de votre prochaine visite à la Clinique. Ces renseignements seront utiles au docteur Montalin.

48 heures après le retrait du drain, vous pourrez prendre une douche. Vous pourrez prendre des bains 4 à 6 semaines après la chirurgie, s'il n'y a aucune plaie résiduelle.

Vous serez revue par la docteure Montalin dans une semaine suivant l'opération et la fréquence des visites subséquentes sera ajustée à votre condition et à votre vitesse de récupération.

Il y aura des ecchymoses sur votre abdomen principalement aux zones de lipoaspiration. Elles devraient disparaître après une période d'environ 2 semaines.

Si vous présentez une forte fièvre ou des difficultés respiratoires importantes dans les heures ou les jours suivant l'opération, n'hésitez pas à nous contacter, ou encore consultez votre médecin.

S'il y a un écoulement verdâtre au niveau de la plaie, il peut s'agir d'une infection nécessitant un traitement médical ou chirurgical.

Par contre un écoulement jaune ou rose clair est fréquent et ne nécessite aucun soin. Il peut également se former une petite ulcération au centre de la plaie. Ce phénomène est normal et apparaît souvent 10 jours après la chirurgie. La plaie se referme habituellement en 3 semaines sans autre traitement. Gardez un pansement propre que vous changerez au besoin et appliquer une mince pellicule d'onguent antibiotique (Polysporin) 2 fois par jour. Prenez alors une douche avec le jet dans le dos.

Si le diamètre de l'ulcération dépasse 1 ou 2 cm, ou encore si le temps de guérison dépasse un mois, il vaut mieux nous contacter ou consulter votre médecin de famille.

Durant les premiers jours vous pourrez dormir dans votre lit en adoptant une position confortable. On vous suggère quelques oreillers dans le dos et un sous les genoux de façon à diminuer la tension sur votre plaie.

Ne restez pas alitée toute la journée. Une immobilisation prolongée augmente les risques de thrombophlébite et finit par diminuer vos forces. Une activité douce à modérée est conseillée. Faites des stages assis au fauteuil et prenez des petites marches. Quelques pas vous feront du bien. Évitez de vous lever en utilisant vos muscles abdominaux. Levez-vous de côté en balançant vos jambes en bas du lit. Ceci vous donnera un mouvement de balancier qui vous aidera à vous relever sans forcer.

Vous éviterez tout entraînement, conditionnement physique ou sport incluant la natation et le jogging. Si tout va bien après 6 semaines, vous pourrez reprendre toutes vos activités normales sans restriction.

Vous devrez éviter d'exposer vos plaies ou vos cicatrices au soleil ou aux rayons ultraviolets jusqu'à ce que les cicatrices soient passées du rouge au blanc c'est-à-dire pour une période d'environ 1 an. Un maillot de bain opaque suffit habituellement à les protéger.

Environ 4 semaines après votre intervention, vous pourrez masser vos cicatrices à l'aide de votre crème hydratante préférée. Elle peut être à base

d'Aloès ou de vitamine E. L'action mécanique de vos massages aidera à aplanir les cicatrices et à les empêcher de faire des cordons.

L'esthétique de votre abdomen s'améliorera constamment. Vous aurez une bonne idée de l'aspect définitif après 3 mois alors que la souplesse et la forme continueront de s'améliorer pour une période d'environ 1 an. Les cicatrices, quant à elles, ne seront pas à leur meilleur avant un an.

Si vous avez toute autre question ou inquiétude, n'hésitez pas à nous contacter à la clinique.