

Chirurgie Plastique, reconstructrice et esthétique.  
Médecine esthétique.

Dr Philippe Saury  
Dr Pierre Sibille  
Dr Christophe Stricker  
Dr Anne-Catherine Thiry-Koch  
Dr Jessica Gosset

## Petits conseils dans le cadre d'une lipoaspiration

### 1 mois avant l'intervention :

- N'oubliez pas de prendre rendez-vous auprès de l'anesthésiste
- pour la clinique Majorelle : 03 68 68 08 08
- pour la polyclinique de Gentilly : 0825 121 825
- passez à la pharmacie acheter le panty (ou la gaine) et essayez-le pour vérifier la taille. Prenez en même temps les antalgiques, vous serez tranquille en sortant de la clinique.
- arrêtez de fumer un mois avant l'intervention et pendant toute la période de cicatrisation en raison du risque de nécrose de la peau et des problèmes de cicatrisation.
- Ne prenez pas d'aspirine ni d'anti-inflammatoire dans les 10 jours qui précèdent l'intervention en raison des risques de saignement.
- Pensez à organiser votre retour à domicile : course, ménage, garde des enfants. N'oubliez pas que vous serez fatigué(e) et aurez besoin de calme.
- L'intervention n'étant pas prise en charge par la sécurité sociale, vous n'aurez pas le droit à un arrêt de travail. Prévoyez une semaine de congé

### La veille de l'intervention :

- pensez à vous épiler ou à vous raser les jambes en cas de lipoaspiration des membres inférieurs et le pubis en cas de lipoaspiration abdominale, au plus tard la veille de l'intervention
- Prenez une douche à la Bétadine le soir en insistant sur la zone qui va être opérée et sur le nombril, les aisselles, les pieds et la zone génito-anale sans oublier les cheveux. Ceci permet de limiter les infections
- Préparez votre sac pour la clinique : PANTY (ou GAINE avec bas de contention), vêtements amples et confortables, chaussures plates, chaussons, affaires de toilette, lecture... ainsi que l'ensemble des documents (devis, ordonnances...)
- Préparez les différents règlements (clinique, chirurgien, anesthésiste)
- Vous devez être à jeun à partir de minuit (ni boire, ni manger, ni fumer)

### Le matin de l'intervention :

- Présentez-vous à la clinique à l'heure indiquée par l'anesthésiste
- Le règlement des frais de clinique et de salle d'opération vous sera demandé à l'accueil à votre arrivée
- Vous serez accueilli(e) par l'équipe soignante qui vous conduira à votre chambre
- Prenez de nouveau une douche à la Bétadine et mettez la chemise de la clinique (ne remettez pas vos affaires personnelles)
- Pas de sous-vêtements sous la chemise
- Enfilez les bas de contention en cas de lipoaspiration abdominale isolée
- Un brancardier viendra vous conduire au bloc opératoire où vous verrez l'anesthésiste et le chirurgien
- Le chirurgien vous fera mettre debout pour dessiner les zones à aspirer
- Vous vous réveillerez en salle de réveil avec le panty ou la gaine, il n'y a pas de drain.

### Après l'intervention :

- il sera normal de somnoler tout l'après-midi
- mobilisez les pieds et les jambes de temps en temps pour limiter les risques de phlébite
- Il peut apparaître un écoulement de sang dilué (on injecte du sérum physiologique pour faciliter l'aspiration de graisse). Ne vous inquiétez pas, signalez-le aux infirmières qui viendront glisser des compresses sous le panty.
- Un repas léger vous sera servi vers 18h30
- Si vous souhaitez vous lever pour aller aux toilettes, faites le progressivement car vous aurez des vertiges. Asseyez-vous quelques minutes au bord du lit puis levez-vous doucement et restez encore quelques instants debout contre le lit avant de faire quelques pas. Et surtout pour le premier lever : NE VOUS LEVEZ PAS SEUL(E), demandez à une infirmière ou une aide soignante de vous accompagner.



### Sortie :

- Sauf problème particulier, elle s'effectue le lendemain de l'intervention, en fin de matinée (toute nuit supplémentaire est facturée par la clinique)
- le chirurgien passera vous voir la veille au soir de la sortie ou le matin même
- Vous devrez être accompagné(e) pour la sortie de la clinique : vous ne pourrez pas conduire il sera encore normal que la tête tourne quand vous vous lèverez.
- Les sorties s'effectuent en fin de matinée, signalez votre départ à l'équipe soignante
- Les règlements sont à remettre à l'accueil de la clinique pour Majorelle ou directement au chirurgien pour Gentilly

### Retour au domicile

- Prenez vos antalgiques systématiquement les premiers jours afin de ne pas laisser la douleur s'installer
- Buvez abondamment
- Vous serez très fatigué(e) la première semaine, restez au calme
- Evitez de vous lever brusquement, vous risquez de faire un malaise.
- En cas de malaise, essayez-vous par terre ou mieux, allongez vous en relevant les jambes et attendez que les bouffées de chaleur disparaissent.
- La gaine doit être portée jour et nuit pendant 6 semaines, vous pouvez la retirer le temps de la toilette. Elle peut être lavée de temps en temps, faites-la sécher au sèche cheveux ou devant un radiateur pour la remettre au plus vite
- Il est parfois difficile de la retirer les 3 ou 4 premiers jours, dans ce cas, vous pouvez vous doucher avec, les pansements sont conçus pour. Pour la sécher, tamponnez avec une serviette puis utiliser un sèche cheveux
- Les pansements seront retirés par le chirurgien au cabinet la semaine suivante, il n'y aura pas de fils à retirer (ils sont à l'intérieur et se résorberont tous seuls)
- Douchez-vous avec un savon neutre et hydratez votre peau à l'aide d'une crème à base d'arnica les premiers jours pour limiter les ecchymoses
- Préférez les vêtements amples les premières semaines
- En raison de l'œdème, il sera normal que vous ne voyez pas tout de suite le résultat, il est même fréquent de peser plus lourd en sortant de la clinique qu'à l'entrée
- Très souvent, les ecchymoses et les œdèmes, localisés au départ au niveau des zones opérées, ont tendance à diffuser vers les jambes. Pour limiter le phénomène de jambes lourdes, mettez les jambes surélevées le soir dans votre lit ou pendant 20 minutes à la verticale contre un mur.

### Reprise des activités

- Les bains et baignade sont autorisés dès que les croûtes ont disparues (1 à 2 semaines)
- La reprise du sport se fait vers 3 semaines, de façon progressive
- La conduite peut-être reprise sur de petits trajets à partir de quelques jours
- Une alimentation équilibrée et une activité sportive régulière sont à conserver : une lipoaspiration ne protège pas contre la prise de poids.

### Ce qui est normal

- la fatigue, intense la première semaine et qui peut durer un mois : la lipoaspiration s'accompagne d'une perte de sang et donc d'une anémie
- le saignement au niveau des cicatrices pendant 2 à 3 jours
- l'œdème (gonflement) qui disparaît au bout de 3 mois
- les ecchymoses (bleus) qui disparaissent en 3 semaines
- la palpation de nodules indurés sur les zones de lipoaspiration peut durer 6 mois
- le poids reste le même après l'intervention
- il n'y a pas d'amélioration de la cellulite qui est une graisse superficielle, l'intervention consistant à aspirer la graisse profonde.
- Le résultat est définitif entre 3 et 6 mois

### Quand s'inquiéter

- en cas de fièvre (plus de 38°) avec une grande plaque rouge et chaude (infection)
- d'écoulement abondant et nauséabond (infection)
- en cas de douleur au niveau du mollet (phlébite), d'essoufflement (anémie, embolie pulmonaire)

En cas de problème vous pouvez contactez le cabinet **du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h**, il y a toujours un chirurgien présent. En dehors de ces horaires vous pouvez recontacter la clinique où vous avez été opéré(e) qui transmettra l'appel à votre chirurgien ou au chirurgien d'astreinte.

En cas d'extrême urgence, composez le 15