

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 pour un lifting de bras esthétique (Anesthésie Locale)

### 1 mois avant l'intervention :

- passez à la pharmacie acheter les manchons. Prenez en même temps les antalgiques et le nécessaire pour les pansements, 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 de 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
- Posez 8 jours de congés minimum, vous n'aurez pas le droit à un arrêt de travail
- 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
- Contactez une infirmière à domicile pour votre retour, les pansements seront à débiter 2 à 3 jours après votre sortie (non prise en charge).

### La veille de l'intervention :

- pensez à vous raser ou épiler les aisselles au plus tard la veille de l'intervention
- Préparez votre sac pour la clinique : MANCHONS, PANSEMENTS IMPERMEABLES, vêtements amples et confortables, chaussures plates, chaussons, affaires de toilette... ainsi que l'ensemble des documents (devis, ordonnances...)
- Préparez les différents règlements (clinique, chirurgien)
- 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

### Le matin de l'intervention :

- Prenez de nouveau une douche à la Bétadine
- Présentez-vous à la clinique à l'heure indiquée
- 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
- Mettez la chemise de la clinique (pas de sous-vêtements sous la chemise)
- Un brancardier viendra vous conduire au bloc opératoire où vous verrez le chirurgien
- Il vous sera injecté un produit pour vous détendre qui peut même vous faire somnoler pendant le geste

### Après l'intervention :

- Vous resterez une heure en salle de réveil puis 1 à 2h dans votre chambre avant de repartir de la clinique
- il sera normal de somnoler tout l'après-midi
- 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 :

- En l'absence de problème particulier, vous sortirez quelques heures après le geste.
- Vous devrez être accompagné(e) pour la sortie de la clinique : vous ne pourrez pas conduire
- Les honoraires du chirurgien sont à remettre à l'accueil de la clinique pour Majorelle ou au cabinet lors du 1er contrôle pour Gentilly.
- Prenez vos antalgiques systématiquement les premiers jours afin de ne pas laisser la douleur s'installer
- Vous serez très fatigué(e) la première semaine, restez au calme
- Les manchons doivent être portés en continu pendant 6 semaines, vous pouvez les retirer le temps de la toilette et des pansements. Ils peuvent être lavés de temps en temps, faites les sécher au sèche cheveux ou devant un radiateur pour les remettre au plus vite et surtout ne faites pas d'efforts quand vous ne les avez pas
- Les pansements seront refaits par une infirmière à domicile tous les 3, 4 jours
- Appliquez la crème Cicabio Arnica (Bioderma) sur l'ensemble des ecchymoses, sauf sur la cicatrice

#### Reprise des activités

- Les douches seront autorisées dès votre retour à domicile à condition que vous ayez des pansements imperméables
- Les bains et baignade sont autorisés dès que les croûtes ont disparues
- La reprise du sport se fait vers 4 à 6 semaines, de façon progressive
- Pas de port de charges lourdes pendant 4 semaines
- La conduite peut-être reprise sur de petits trajets au bout de quelques jours

#### Ce qui est normal

- la fatigue pendant 1 à 2 semaines
- l'œdème (gonflement) qui disparaît au bout de 3 mois
- un œdème des mains pendant 2 à 4 semaines
- des fourmillements dans les mains pendant quelques jours
- les ecchymoses (bleus) qui disparaissent en 3 semaines
- la palpation de nodules indurés sur les zones de lipoaspiration peut durer 6 mois
- la peau des bras qui paraît endormie, cartonnée pendant plusieurs mois

#### Quand s'inquiéter

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

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