



# Guide d'enseignement

## Chirurgie plastique

## Information suite à une cure de gynécomastie

### Qu'est-ce qu'une cure de gynécomastie ?

Opération qui consiste à extraire les dépôts graisseux et le tissu glandulaire en trop chez l'homme (présence de seins chez l'homme).

### Que faire si j'ai de la douleur?

- Il est possible d'avoir un inconfort (douleur, mal) modéré au niveau du site de la chirurgie. L'inconfort partira au bout de 2 à 3 jours.
- Vous pouvez, au besoin, prendre les médicaments contre la douleur (analgésiques) prescrits par votre chirurgien.
- Les médicaments contre la douleur peuvent donner de la constipation. Buvez beaucoup d'eau (6-8 verres par jour), mangez des fruits, légumes et céréales à grains entiers.
- L'enflure est normale après la chirurgie et est maximale entre la 2<sup>e</sup> à 4<sup>e</sup> journée. Ceci devrait s'améliorer au cours des 3-4 semaines suivant la chirurgie, mais parfois, cette situation peut durer plus longtemps.
- Les ecchymoses (les bleus) sont normales et disparaîtront en 2-3 semaines.
- Des zones insensibles autour des cicatrices et à la peau sont aussi normales. La sensibilité reviendra graduellement avec les semaines.

### Que faire avec ma plaie, mon pansement, mes drains?

Suivre la consigne cochée ☒

Un pansement couvre votre plaie. Ne pas toucher à votre pansement.

- ☐ Gardez le pansement au sec (ne pas le mouiller) jusqu'au prochain rendez-vous avec votre chirurgien.
- ☐ Gardez le pansement au sec pour les 3 premiers jours et le retirer. Gardez les stéril-strips (petits collants) et les recouvrir avec une compresse stérile (gaze).

S'il y a des drains en place, le liquide drainé sera de rouge foncé à rose pâle. Ce drainage sera maximal pour les premières 24 heures et diminuera par la suite.

## Que faire avec mes médicaments?

Ne prenez aucun médicament contenant de l'aspirine ou un anti-inflammatoire non stéroïdien (Advil, ibuprofène, etc.) à moins d'avis contraire de votre chirurgien.

## Mon hygiène, puis-je me laver?

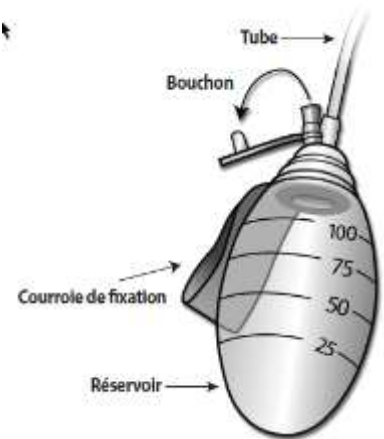
Suivre la consigne cochée ☒

- ☐ Le lendemain de la chirurgie, vous pouvez vous asseoir dans le bain, mais sans mouiller votre pansement. Pour l'hygiène du haut du corps, utilisez une débarbouillette.
- ☐ Si vous n'avez pas de drains, vous pourrez prendre une douche 3 jours après votre chirurgie sans mettre les jets d'eau directement sur vos cicatrices. (Si vous prenez un bain, il ne faut pas tremper le haut du corps).
  - Enlevez le pansement avant de prendre votre douche.
  - Bien assécher votre cicatrice après la douche et mettre une nouvelle compresse (gaz).
- ☐ Si vous avez des drains, vous devrez attendre la consigne de votre chirurgien avant de prendre une douche.

## Que faire avec mon drain?

- Il y a aura du sang dans les drains surtout dans les premières 24 heures. La couleur passera du rouge au rose.
- Fixez le réservoir à vos vêtements (chandail ou chemisier) à l'aide de l'attache métallique. Ceci évitera de faire une tension au niveau de votre cicatrice.
- Assurez-vous qu'aucune tension ne soit exercée sur le tube.

- Assurez-vous que le tube se rendant au réservoir ne soit pas coudé (plié) ou détaché. Si le réservoir s'est détaché du tube, désinfectez l'extrémité à l'alcool à friction et le replacer dans son ouverture.
- Assurez-vous que l'écoulement du drainage se fasse bien. Si l'écoulement cesse brusquement, le pansement autour du drain deviendra souillé : votre drain pourrait donc être bouché. Vérifiez simplement si le tube est coudé ou détaché. Si le réservoir est plein, communiquez avec votre CLSC. Si vous n'avez pu contacter personne, présentez-vous à l'urgence.



## Comment vider mon drain?

Vous devez vider le réservoir 2 fois par jour ou dès que le réservoir est plein. Vous devez aussi le vider si le réservoir n'est plus comprimé (n'a plus de succion).

1. Lavez-vous les mains avant de débuter la manipulation du drain;
2. Utilisez le contenant de plastique gradué que l'infirmière vous a remis;



3. Détachez le drain fixé à vos vêtements;
4. Enlevez le bouchon, le réservoir reprend sa forme originale. Ne pas toucher l'intérieur du bouchon avec vos mains et vous assurer qu'une fois ouvert, le réservoir n'entre pas en contact avec le contenant servant à mesurer ou avec toute autre surface;
5. Versez le contenu du réservoir dans le récipient gradué;
6. Refermez le réservoir et faire le vide d'air de la façon suivante :
  - Retirez le bouchon et compressez le réservoir à l'aide de la main jusqu'à ce qu'il soit plat;
  - Replacez le bouchon et le pousser à fond en maintenant la compression; le réservoir sera ainsi comprimé au maximum.
7. Notez la quantité de liquide du contenant gradué sur les tableaux prévus à cette fin à la dernière page de ce guide. Apportez ces informations à votre prochaine visite médicale;
8. Jetez le liquide dans la toilette et rincez le contenant à l'eau ;
9. Lavez-vous les mains,



## Quelles activités faire?

- Si votre chirurgien vous prescrit une gaine, il faut la porter 24 heures sur 24 pour 4 semaines et/ou selon les recommandations de celui-ci. (ne pas trop serrer la gaine).
- Ne pas faire d'exercice ou de sport pour 6 semaines suivant la chirurgie.
- Évitez de lever vos coudes plus haut que vos épaules pour 4 semaines afin de diminuer la tension sur les cicatrices.
- Si vous avez eu une anesthésie générale (endormi) ou que vous avez reçu une narcose (analgésie ou calmant dans les veines), vous pouvez conduire votre auto 24 heures après la chirurgie et dès que :
  - Vous n'avez plus de douleur;
  - Que vous ne prenez plus d'analgésie pouvant causer de la somnolence.

\*Certaines conditions exigent l'autorisation du chirurgien avant de reprendre la conduite de l'auto (ex: chirurgie de l'oeil, présence d'un plâtre...).

## ! Quoi surveillez?

- Douleur qui augmente même avec les médicaments.
- Augmentation rapide du volume de votre sein avec augmentation de la douleur.
- Signe d'infection de votre plaie telle que :
  - Rougeur qui semble augmenter;
  - Induration (gonflement) de la plaie;
  - Écoulement de pus;
  - Douleur;
  - Chaleur.
- Fièvre : Température prise dans la bouche
  - 38,5°C et plus (ou 101,3°F et plus).
- Présence de beaucoup de sang sur vos pansements.
- Présence de beaucoup de liquide dans vos drains.

Si une de ces situations arrive, appelez la téléphoniste de l'hôpital et demandez à parler à votre plasticien ou celui de garde via le 418 525-4444 ou le 418 649-0252 et faites le 0.

Le soir, la nuit, la fin de semaine et les jours fériés, il faut appeler la téléphoniste et demander le plasticien de garde via le 418 525-4444 ou le 418 649-0252 et faire le 0.

Si vous n'avez pas réussi à parler à un plasticien, il faudra aller à l'urgence de l'hôpital où vous avez été opéré.

## Quand seront mes prochains rendez-vous?

- Le centre de rendez-vous de chirurgie plastique communiquera avec vous pour prévoir votre rendez-vous de contrôle selon les recommandations de votre chirurgien.
- Plus d'informations vous seront données lors de ce rendez-vous concernant :
  - La mobilisation;
  - Les soins et massages de la cicatrice;
  - Le port de la gaine ou de la bande de compression
  - Le retrait des agrafes ou des points de suture si nécessaire, car certains fondent seuls;
  - Le retour au travail;
  - Autres.

Pour joindre l'unité de la chirurgie d'un jour :

- CHUL : 418 525-4444 poste 47448
- Hôpital de l'Enfant-Jésus : 418 649-5504
- Hôpital du St-Sacrement : 418 682-7511 poste 82142
- Hôpital St-François d'Assise : 418-525-4341
- L'Hôtel-Dieu de Québec : 418 691-5324

## Notes personnelles :

---

---

---

---

---

---

---

---

Ce guide émet des recommandations conformes aux informations scientifiques disponibles au moment de sa parution, soit le 4 juin 2015. Toutefois, ces recommandations n'ont aucunement pour effet de remplacer le jugement d'un clinicien. Si vous avez des questions, nous vous invitons à communiquer avec votre professionnel de la santé. Si d'une façon ou d'une autre vous faisiez une mauvaise utilisation de l'information contenue dans ce document, le CHU de Québec ne pourra être tenu responsable des dommages de quelque nature que ce soit à cet égard.



### Droits d'auteur

Aucune reproduction complète ou partielle de ce document n'est permise sans l'autorisation écrite du CHU de Québec-Université Laval et autre(s) au besoin. © CHU de Québec ou autre(s) au besoin, 2020. Toutefois, vous pouvez l'imprimer et l'utiliser pour un usage professionnel.

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	

Date :	
Heure	Quantité
Total de la journée	