



Guide d'enseignement

Chirurgie plastique

Blépharoplastie

Qu'est-ce qu'une blépharoplastie

Opération au niveau des paupières qui consiste à corriger le problème de paupières tombantes.

Que faire si j'ai de la douleur?

- Il est possible d'avoir un inconfort (douleur, mal) léger au niveau de vos paupières. Cette situation s'améliore rapidement après 24 heures.
- Vous pouvez, au besoin, prendre les médicaments contre la douleur (analgésiques) prescrits par votre chirurgien.
- Les médicaments contre la douleur peuvent vous donner de la constipation. Buvez beaucoup d'eau (6-8 verres par jour), mangez des fruits, légumes et céréales à grains entiers.

Que faire avec ma plaie, mon pansement?

- Un stéri-strip (petit collant) couvre vos plaies.
- Il faut le garder au sec jusqu'à votre prochain rendez-vous avec votre chirurgien.
- **NE PAS ENLEVER LES STÉRI-STRIPS.**
- Il est normal que les plaies drainent légèrement pour les premières 24 heures.
- L'enflure est normale suite à la chirurgie et est à son maximum entre la 2^e et 4^e journée. Par la suite, il y a amélioration au cours des 2 semaines qui suivent.
- Les ecchymoses (bleus) sont normales et partent après 2-3 semaines.

- Des zones insensibles autour des incisions sont aussi normales ainsi qu'au niveau des paupières. La sensibilité reviendra graduellement (peu à peu) avec les semaines.
- Il est important de ne pas frotter vos yeux.

Mon hygiène, puis-je me laver?

Suivre la consigne cochée

- Vous pouvez laver votre visage avec une débarbouillette douce sans frotter au niveau des paupières.
- Vous pouvez laver vos cheveux 48 heures après la chirurgie.

Quelles activités faire?

- Au lit, mettre un oreiller sous vos genoux et 2 ou 3 oreillers sous la tête pour avoir une position surélevée à plus de 30 degrés (semi-assise) pour au moins 72 heures. Ceci aidera à diminuer l'enflure.
- Pour les premières 48 heures, déposez sur vos yeux des compresses humides imbibées d'eau glacée stérile pendant 30 minutes aux 2 heures sauf la nuit. Ceci diminuera l'enflure et les ecchymoses (bleus).
- Évitez de pencher votre tête vers le bas et toute autre activité pouvant faire augmenter votre pression sanguine, car il y a une augmentation des risques de saignement.
- Évitez tout exercice pour 6 semaines suivant la chirurgie.
- Attendre de rencontrer votre chirurgien pour les instructions sur le maquillage.
- Ne pas mettre de verres de contact (lentilles) avant votre rendez-vous avec le chirurgien. Il est mieux de porter des lunettes.
- Évitez l'exposition directe au soleil. Ceci peut faire en sorte que vos cicatrices se pigmentent (changent de couleur) de façon permanente. Mettre une crème solaire de FPS 30 ou plus lorsque vos plaies seront guéries. Il est préférable de vous protéger en tout temps des mauvais effets du soleil avec de la crème solaire, des vêtements et des lunettes fumées.
- 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...).

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.

! Quoi surveiller?

- Douleur qui augmente même avec les médicaments.
- Changement au niveau de la vision avec une augmentation de la douleur.
- Mal de tête important avec une diminution de la vision et/ou une pression à l'arrière de votre œil.
- Signe d'infection de votre plaie telle que :
 - Rougeur qui semble augmenter;
 - Induration (gonflement) de la plaie;
 - Écoulement de pus;
 - Douleur;
 - Chaleur.
- Température plus grande que 38,5°C (101,3 F).
- Présence de beaucoup de sang sur vos pansements.

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

Guide validé par le Dr Sébastien Nguyen et les plasticiens du CHU de Québec.

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.