



# Guide d'enseignement

**Chirurgie générale**

**Mastectomie partielle**

## Définition :

La mastectomie partielle consiste à enlever chirurgicalement la tumeur et une partie du tissu sain qui l'entoure.

Dans certains cas, lorsque la tumeur est petite ou non palpable, il faut procéder à une localisation de la tumeur avant de procéder à la chirurgie. Cette technique est faite en radiologie, le matin de la chirurgie, à l'aide de la mammographie et/ou échographie. Un fil-guide est laissé en place pour le chirurgien.

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

Suite à votre chirurgie, il est possible d'avoir mal au niveau de votre plaie. Vous pouvez prendre de l'acétaminophène (Tylenol) pour soulager votre douleur.

Vous pouvez aussi prendre les analgésiques (médicaments contre la douleur) prescrits par votre chirurgien. Les analgésiques peuvent vous donner de la constipation (selles dures et sèches qui sont difficiles à évaluer).

## Pour éviter la constipation :

- Buvez beaucoup de liquides (8 à 10 verres par jour).
- Mangez plus de fibres (fruits et légumes crus, pains et céréales à grains entiers, légumineuses). Il est important d'augmenter graduellement les fibres à votre alimentation.
- Mangez des raisins, pruneaux et rhubarbe pour augmenter le transport intestinal.

## Quoi faire avec ma plaie, mon pansement?

Votre plaie (incision) est refermée à l'aide de points de suture.

Selon la préférence de votre chirurgien, vous pouvez avoir sur vos points de suture des stéri-strips (diachylons transparents) ou un mince ruban adhésif de type micropore.

Certains chirurgiens préfèrent les points fondants pour fermer la plaie. Ces points fondent dans les semaines suivant la chirurgie. Si votre chirurgien préfère les points non fondants, ils seront retirés par l'infirmière du CLSC selon la prescription de votre chirurgien.

Si vous avez des stéri-strips sur votre plaie, ils pourront être enlevés 10 jours après votre chirurgie.

Les infirmières de l'hôpital organiseront avec les infirmières de votre CLSC le suivi nécessaire pour votre plaie, points de suture et pansement. Selon votre situation, vous devrez vous rendre au CLSC ou l'infirmière viendra à votre domicile.

## Quand et quelles activités reprendre?

Vous pouvez reprendre vos **activités habituelles dès le lendemain de l'opération**. Suivez votre rythme et progressez graduellement en prenant le temps de vous reposer entre chaque activité.

Selon votre situation, l'équipe médicale jugera le temps nécessaire pour votre retour au travail. N'hésitez pas à leur en parler au besoin.

## IL EST IMPORTANT DE :

- Utilisez votre bras du côté opéré dès que possible pour vos activités de la vie de tous les jours. Cela va vous permettre de garder vos muscles actifs.
- Si vous avez un drain : débutez le programme d'exercices dès le lendemain du retrait du drain. Référez-vous au programme d'exercices qui vous sera remis avant votre départ de l'hôpital.
- Si vous n'avez pas de drain : débutez le programme d'exercices le lendemain de votre chirurgie. Référez-vous au programme d'exercices qui vous sera remis avant votre départ de l'hôpital.
- Consultez votre chirurgien avant de reprendre les exercices physiques exigeant beaucoup de force du côté opéré (exemples : tennis, ski de fond, etc.).
- Portez ou non votre soutien-gorge selon votre confort. Si vous êtes plus confortable avec un soutien-gorge, portez un soutien-gorge bien ajusté et dont le support est bien reparté.

**La conduite automobile peut être reprise dès que :**

- Vous n'avez plus de douleur.
- Vous ne prenez plus d'analgésiques pouvant causer la somnolence.
- Votre bras se mobilise facilement.

**Le port de la ceinture demeure obligatoire.****Quoi faire avec mes médicaments?**

- Continuez à prendre les médicaments prescrits par votre médecin.
- Ne prenez aucune hormone ou produit naturel sans en avoir discuté avec le chirurgien ou un médecin du Centre des maladies du sein.

**Et mon hygiène?**

- La douche est permise 48 heures après la chirurgie.
- Le bain est permis 10 jours après votre chirurgie si les stéri-strips sont retirés.
- Lorsque votre plaie est guérie (aucun écoulement et est bien fermée) :
  - Lavez la région opérée avec une débarbouillette douce en évitant de froter les tissus cicatrisés.
  - Asséchez bien la peau lavée.
  - Le désodorisant peut être repris dès que la plaie est guérie.

**Pourquoi et comment masser ma cicatrice?**

Le massage de la cicatrice et des tissus près de votre plaie est important. Il active la circulation, favorise la souplesse des tissus et prévient les adhérences.

**Vous pouvez masser votre cicatrice si :**

- Votre cicatrice a perdu sa gale.
- Votre cicatrice ne coule pas.
- Vous n'avez plus de stéri-strips.

**Technique de massage :**

- Placez les doigts de chaque côté de la cicatrice et effectuez des mouvements circulaires tout le long de celle-ci. Approchez-vous graduellement du centre pour en venir à masser la cicatrice elle-même.
- Massez la cicatrice de 5 à 10 minutes par jour.

- Vous pouvez utiliser de l'huile ou de la crème hydratante pour faire le massage, selon votre confort.

**Si vous avez des traitements de radiothérapie : ne pas faire de massage pendant la radiothérapie et pour un minimum de 3 semaines après le traitement.**

## Quoi surveiller?

Appelez au Centre des maladies du sein au : **418 682-7878** du lundi au vendredi de 8h à 16h ou à Info-Santé (811) pour le soir, la nuit et fin de semaine **si vous avez un des signes suivants** :

- Saignement excessif au niveau de la plaie.
- Signe d'infection de votre plaie telle que :
  - Douleur non soulagée par les médicaments.
  - Rougeur qui semble augmenter.
  - Induration (durcissement) ou enflure du sein.
- Température plus grande que 38°C (100,4 F).

Il est possible qu'un amas de liquide s'accumule sous la plaie, ceci s'appelle un sérome. Cela peut arriver après le retrait du drain. **Si le sérome ne vous donne pas de douleur, de température, de rougeur ou d'enflure, ne vous inquiétez pas.** Dans le cas contraire, appelez au Centre des maladies du sein.

## Quels sont mes prochains rendez-vous?

Votre chirurgien vous précisera quand vous devrez le revoir. Une agente administrative du Centre des maladies du sein vous contactera pour vous informer de la date de votre rendez-vous.

Rendez-vous avec mon chirurgien : \_\_\_\_\_

Pour toute information ou soutien psychosocial, communiquez au numéro suivant du lundi au vendredi de 8h à 16h : **418 682-7878** Centre des maladies du sein ou l'infirmière d'oncologie.

Vous pouvez également visiter le site Web du Centre des maladies du sein Deschênes-Fabia : [www.centredesmaladiesdusein.com](http://www.centredesmaladiesdusein.com)

## Notes personnelles :

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Ce guide émet des recommandations conformes aux informations scientifiques disponibles au moment de sa parution, soit le 8 mai 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, 2018. Toutefois, vous pouvez l'imprimer et l'utiliser pour un usage professionnel.