Dr Jonathan Fernandez

CHIRURGIE ESTHETIQUE

Ancien Chef de Clinique/ Assistant des Hôpitaux

Médaille d'Or des Hôpitaux de Nice

Cimiez Esthétique

NICE

88 Boulevard de Cimiez – 06000 Nice

Tél : +33(0)4 92 14 19 02

docteur.fernandez.esthetique@gmail.com

dr-fernandez-esthétique.com

Soins post-opératoires d'une Lipoaspiration

Dr Jonathan Fernandez

Chirurgie Esthétique

Vous venez de vous faire opérer d'une **Lipoaspiration ;** afin d'optimiser le résultat final, nous vous conseillons de respecter certaines consignes :

Soins post-opératoires

- ✓ Ne pas mouiller le pansement
- ✓ Faites attention de ne pas vous donner de coup sur l'abdomen et sur les fesses. Le premier pansement est réalisé par les infirmières de consultation lors de la première visite post-opératoire dans le service des consultations de chirurgie plastique (Pasteur 2)
- ✓ Ne pas chercher à refaire vous-même le pansement. En cas de soucis dans les premiers jours, veuillez contacter la clinique Saint François au **04 93 13 65 00**
- ✓ Les bas de contention sont conservés jusqu'à une reprise compète de la marche afin de diminuer les risques thrombo-emboliques. Dès le lendemain de l'intervention, une marche active est recommandée.
- ✓ En cas de douleur au mollet ou à la poitrine, veuillez-vous rendre aux urgences au plus vite pour éliminer une thrombose veineuse.

Hygiène

- ✓ Une hygiène rigoureuse est indispensable pour limiter le risque d'infection de la zone opérée.
- ✓ Vous pouvez faire votre toilette au gant puis si vous le souhaitez. Une douche est autorisée après 7 à 10 jours post-opératoires (en fonction de la cicatrisation et de l'accord du chirurgien)
- ✓ Hydratation de la peau péri-cicatricielle. Les crèmes cicatrisantes sont proscrites sur la cicatrice avant un délai d'au moins 15 jours. Vous devez attendre l'avis du chirurgien.
- ✓ En dehors des cicatrices, vous pouvez utiliser selon vos habitudes une crème ou un lait hydratant pour la peau avoisinante. Tout massage de la zone opérée est à éviter *la première semaine*.

Activités quotidiennes

- ✓ Une activité physique quotidienne réduite est recommandée *le premier mois* après l'opération.
- ✓ Ne faites aucun effort pouvant vous fatiguer et déclencher ou augmenter les douleurs. L'activité sera progressivement augmentée de jour en jour jusqu'au rétablissement complet. Une reprise trop rapide, même si l'on se sent bien, est préjudiciable à la bonne marche de la cicatrisation.
- ✓ La conduite automobile est déconseillée les deux premières semaines.

Activités sportives

- ✓ Elles sont déconseillées pendant une durée minimale d'*un mois* à compter de la date d'opération.

Alimentation

- ✓ Normale

Urgence / complément d'information

- ✓ En cas de douleurs intenses, de sensation de gonflement de l'abdomen ou de saignement au niveau du pansement, contactez la clinique Saint François au **04 93 13 65 00**

Après l'ablation des pansements

- ✓ Suivre les prescriptions de votre chirurgien ++++
- ✓ Éviter le soleil et se protéger avec un écran total sur l'ensemble de l'abdomen tant qu'il persiste des ecchymoses pour éviter de les pigmenter et de faire apparaître des taches !
- ✓ Utiliser une crème réparatrice sur la cicatrice (après avis du chirurgien)
- ✓ Aucune exposition solaire de la cicatrice pendant une période de 1 an
- ✓ Si vous devez partir au soleil, protégez votre cicatrice avec de l'écran total (indice 50)
- ✓ Vous devez éviter pendant 2 mois de prendre un coup sur l'abdomen lors d'activités physiques
- ✓ Vous pouvez prendre la voiture, en tant que passagère, dès le 2ème jour. Pour le train et/ou l'avion, il est conseillé d'attendre au moins 7 jours.

- ✓ Le résultat est considéré comme définitif à 1 an post-opératoire. Avant cette période peuvent perdurer des hématomes ou des résultats non définitifs liés à l'élasticité cutanée.
- ✓ Afin d'améliorer la cicatrisation, le tabac est proscrit.
- ✓ Un traitement par Fer vous est prescrit pour une durée de 10 jours (ne pas boire de thé pendant cette durée afin de bien absorber le fer)

Contacts

En cas d'urgence : contactez la clinique Saint François au **04 93 13 65 00**

Pour toutes consultations supplémentaires, veuillez contacter les consultations au :

+33(0)4 92 14 19 02

Vous pouvez également contacter le Dr Fernandez Jonathan **(hors urgences)** à **docteur.fernandez.esthetique@gmail.com**

Dr Jonathan Fernandez

CHIRURGIE ESTHETIQUE

Ancien Chef de Clinique/ Assistant des Hôpitaux

Médaille d'Or des Hôpitaux de Nice

Cimiez Esthétique
NICE

Visage

- Lifting cervico-facial
- Rhinoplastie
- Blépharoplastie
- Lipostructure
- Otoplastie

Seins

- Augmentation mammaire par prothèse
- Augmentation mammaire par transfert de graisse
- Lifting mammaire/Mastopexie
- Réduction mammaire
- Reconstruction mammaire

Silhouette

- Lipoaspiration
- Abdominoplastie
- Lifting brachial
- Lifting crural
- Bodylifting
- Lipostructure des fesses

Médecine esthétique

- Injections de toxine botulique
- Injections d'acide hyaluronique
- Mésothérapie
- PRP – « Vampire Lift »
- Coolsculpting
- LED

Cheveux

- Implants Capillaires (FUE, FUT)
- PRP – Traitements médicaux – Mésothérapie capillaire

Dr-fernandez-esthétique.com

Docteur.fernandez.esthetique@gmail.com