

## Directives à l'intention du patient

### Rhytidectomie (redrapage du visage et du cou)

Les instructions suivantes concernent les patients ayant subi une rhytidectomie. Puisque les besoins chirurgicaux ne peuvent être exactement les mêmes d'un patient à l'autre, il est important de se rappeler les détails de la chirurgie ayant été exécutée et de se souvenir que le temps de guérison peut varier d'un individu à l'autre. Les directives suivantes peuvent être personnalisées selon les besoins de chaque patient. Si tel est le cas, nous vous donnerons des instructions en conséquence. Autrement, nous vous demandons de suivre les directives ci-dessous très attentivement, afin d'accélérer votre guérison et de maximiser les résultats de votre chirurgie.

1. Comme vous venez de subir une intervention chirurgicale **majeure**, pendant les 14 jours suivant la chirurgie, faites preuve de bon sens en limitant vos activités normales, vos exercices et toute activité requérant des efforts ou de soulever des objets lourds.
2. Il est possible que vous marchiez dans votre maison le lendemain de votre chirurgie, mais, vu les effets normaux suivant une anesthésie et une intervention chirurgicale, une certaine fatigue pourrait persister pendant 3 à 7 jours.
3. Pendant les sept premiers jours, lorsque vous bougez, vous levez ou changez de position, faites-le de façon mesurée et avec précaution. Si vous tournez votre tête, tournez vos épaules **EN MÊME TEMPS**, comme s'il s'agissait d'un seul bloc.
4. Vous pouvez reprendre une alimentation normale le lendemain de votre chirurgie. Parler et sourire modérément est tout-à-fait acceptable.
5. Pendant les 14 premiers jours, lorsque vous dormez, votre tête devrait être maintenue élevée à l'aide de deux oreillers. En gardant votre tête plus haute que votre cœur, la désenflure se fera plus facilement. Vous devriez également dormir sur votre dos ou sur le côté et éviter de dormir sur le ventre.
6. NE prenez PAS d'aspirine ou de médicament contenant de l'aspirine pendant 14 jours et ensuite, seulement selon les conseils de votre médecin personnel. Tout autre médicament pris sur une base régulière peut l'être à nouveau, au besoin.
7. En présence de toute douleur, enflure du visage ou fièvre inexplicables, communiquez avec votre chirurgien **IMMÉDIATEMENT**.
8. Une certaine enflure du cou et du visage sont normalement présentes après une rhytidectomie, mais le niveau d'enflure varie largement d'un patient à l'autre. Ne vous en faites pas si vous êtes plus ou moins enflé que d'autres ayant subi la « même » intervention. En règle générale, l'apparence des patients est assez acceptable socialement 10 à 14 jours suivant la chirurgie.
9. Les premières bandelettes adhésives à l'avant des oreilles resteront normalement en place pendant la première semaine suivant la chirurgie. Dans la deuxième semaine, vous pouvez commencer à appliquer une petite quantité d'onguent (de type Polysporin ou de la bacitracine) à la ligne d'incision, en utilisant un cure-oreille (Q-Tip) deux fois par jour. N'appliquez aucun autre onguent ou médicament, sauf si votre chirurgien vous l'a prescrit.

10. Vous pouvez **doucement** laver vos cheveux 72 heures après la chirurgie, mais évitez de frotter ou de peigner avec vigueur les régions où se trouvent les incisions. N'utilisez pas de séchoir à cheveux pendant les cinq premiers jours et remettez à plus tard tout traitement prévu dans vos cheveux (permanente et/ou coloration) pendant les quatre semaines suivant la chirurgie.
11. Vos lobes d'oreilles et les parties de votre visage ayant été levées et repositionnées seront légèrement engourdis pendant plusieurs semaines. Le désengourdissement suivra le processus de guérison. Ne portez pas de boucles d'oreilles lourdes ou serrées pendant six semaines et évitez l'exposition à des températures extrêmement froides.
12. Il est tout à fait acceptable de faire de la marche légère 48 à 72 heures après votre chirurgie. Évitez toutefois de soulever des objets lourds pendant les deux semaines suivant la chirurgie. Pendant cette période, évitez également d'élever vos bras au-dessus de vos épaules. Le jogging et les exercices sans contact ne devraient pas être repris avant quatre semaines et vous devriez attendre au moins six semaines, avant de reprendre les sports intenses en toute sécurité.
13. Pendant les trois semaines suivant la chirurgie, une exposition excessive au soleil (incluant dans les salons de bronzage) pourrait prolonger l'enflure et blesser la cicatrice et votre peau. Vous devriez donc toujours protéger votre peau à l'aide d'un écran solaire puissant, contenant du PABA (acide p-aminobenzoïque), afin de réduire les dommages inévitables et les effets du vieillissement causés par le soleil sur votre peau.
14. Finalement, pour votre bien-être, il est **très important** que vous suiviez dans leur intégrité toutes les instructions que votre médecin vous donnera et qu'après votre chirurgie, nous surveillions vos progrès sur une base régulière.

Nous apprécions grandement la confiance que vous nous avez accordée en nous permettant de vous accompagner vers l'amélioration de votre apparence et de votre santé. Soyez assurés que nous déploierons nos meilleurs efforts afin que vous parveniez à des résultats chirurgicaux qui soient les plus satisfaisants possible, selon votre anatomie et votre condition particulières.

- Daniel L. Durand M.D.



Secrets Medspa Inc.