



MASTECTOMIE

avec reconstruction immédiate



CENTRE DU SEIN

*Genolier Swiss Medical Network*

[www.centre-du-sein.ch](http://www.centre-du-sein.ch)

# Mastectomie avec reconstruction immédiate

Ce document s'adresse aux femmes venant d'être opérées d'un cancer du sein. Son but est de vous aider à mieux bouger les semaines suivant l'intervention.

## I. VOTRE INTERVENTION

**La mastectomie avec reconstruction immédiate :** Ablation chirurgicale du sein ou de la glande mammaire dans sa totalité avec reconstruction immédiate.

**La mastectomie a été faite avec ou sans curage axillaire :** un document annexe vous sera donné en fonction de votre situation particulière.

Votre chirurgien plasticien vous donnera les recommandations en fonction de votre type de reconstruction.

## II. CONSEILS POST-OPERATOIRE

Soyez à l'écoute de votre corps et surtout des recommandations de votre chirurgien.

- La mobilisation sera très douce et indolore durant les 6 premières semaines. La première semaine, la mobilisation est effectuée à max 90° puis votre chirurgien plastique vous donnera la marche à suivre en fonction du type de reconstruction et de son évolution.
- Dormez sur le dos, pour assurer une bonne cicatrisation et une bonne mise en place de la prothèse/lambeau.
- Ne portez pas plus de 1 à 1,5 l durant 6 semaines.
- En général, les activités physiques douces sont autorisées dès 6 semaines et dès 3 mois pour un jogging, de l'équitation, etc.
- La conduite de la voiture est autorisée pour des petits trajets (5 min) puis progressivement après accord du chirurgien.

**Soutien-gorge:** portez le soutien-gorge recommandé en post-opératoire par le chirurgien durant 6 semaines jours et nuits.

**Massage de la cicatrice:** Après accord du chirurgien, il est important de masser quotidiennement votre cicatrice avec de la crème cicatrisante afin de garder la souplesse de la peau et d'améliorer les mouvements du bras. Protégez la cicatrice du soleil.

**Surveillance:** Toute modification du volume ou de l'aspect de votre sein/cicatrice comme gonflement, rougeur, chaleur, douleur doit être signalée rapidement au personnel médical (médecin, infirmière, physio,...).

Avant toute nouvelle activité, demandez conseil à votre chirurgien.

#### IV. NUMÉROS UTILES

##### **Infirmières référentes cancer du sein (IRCS):**

- Clinique de Genolier: Mme Delphine Campbell, Tél. +41 22 366 93 67, dcampbell@genolier.net  
Mme Francine Python, Tél. +41 22 366 93 67, fpython@genolier.net
- Clinique Générale: Mme Patricia Magnin, Tél. +41 26 350 01 28, pmagnin@cliniquegenerale.ch

##### **Physiothérapeutes référentes:**

- Clinique de Genolier: Mme Chrystel Michaux Counson, Tél. +41 22 366 94 87, cmichaux@genolier.net
- Clinique Générale: Mme Sandrine Cerutti, Tél. +41 26 466 47 44, scerutti@cliniquegenerale.ch  
Mme Aline Descloux, Tél. +41 26 401 11 29, aline.descloux@optionphysio.ch

### Centre du Sein GSMN

Clinique de Genolier · Route du Muids 3 · CP 100 · CH- 1272 Genolier · Tél. +41 22 366 90 00 · [www.genolier.net](http://www.genolier.net)

Clinique Générale · Rue Hans-Geiler 6 · CH- 1700 Fribourg · Tél. +41 26 350 01 11 · [www.cliniquegenerale.ch](http://www.cliniquegenerale.ch)

