Plastic Surgery Institute

GUIDE DE LA PATIENTE · MASTOPEXIE

Lifting mammaire

Tout ce que vous devez savoir, de la première consultation au résultat final.



01 Qu'est-ce qu'un lifting mammaire ?
02 Consultation et préparation
03 L'intervention, étape par étape
04 Convalescence et résultats
05 Risques et sécurité
06 Coût et choix du chirurgien



Dr Imad Shehadi
Plastic Surgery Institute
63, rue Souraty, immeuble Hamra Nassif, 1er étage, Beyrouth, Liban
Tél. +9611746345 · WhatsApp +9613307854
psi@psi-lb.com

01 · LES BASES

Qu'est-ce qu'un lifting mammaire ?

Le lifting mammaire, ou mastopexie, remonte et remodèle les seins en retirant la peau en excès et en retendant les tissus de soutien. Il peut aussi réduire une aréole élargie — la zone pigmentée autour du mamelon.

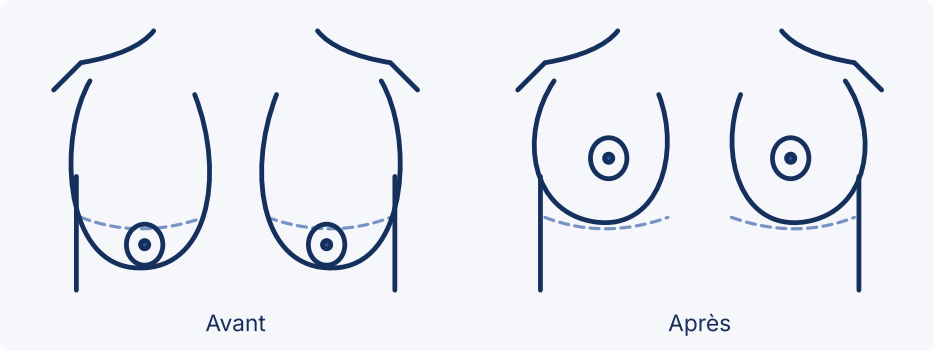


Schéma explicatif uniquement, sans garantie de résultat. La position des seins et des mamelons est illustrative et ne prédit pas votre résultat.

Pourquoi les seins changent-ils ?

Grossesse, allaitement, variations de poids, vieillissement, pesanteur et hérédité peuvent modifier la forme et la fermeté des seins lorsque la peau perd son élasticité.

Cette intervention est-elle faite pour vous ?

Décidez pour vous-même, et non pour satisfaire quelqu'un ou atteindre une image idéale. Les bonnes candidates sont en bonne santé, ont un poids stable, ne fument pas et ont des attentes réalistes.

- Seins affaissés, aplatis, allongés ou pendants ; perte de forme ou de volume
- Sans soutien, mamelons sous le pli du sein, ou mamelons et aréoles orientés vers le bas
- Peau distendue, aréoles élargies ou un sein plus bas que l'autre

Un lifting n'est pas une augmentation

Le lifting ne modifie pas sensiblement le volume des seins. Un implant facultatif peut apporter du volume dans leur partie supérieure, lors du lifting ou d'une opération distincte. Les implants ne sont pas nécessaires. Une future grossesse ou d'importantes variations de poids peuvent modifier le résultat : parlez-en avant l'opération.

02 · AVANT L'OPÉRATION

Consultation et préparation

Un échange franc sur votre santé, vos attentes et vos préoccupations permet de préparer une intervention personnalisée. Une certaine anxiété est naturelle : n'hésitez pas à exprimer vos questions et vos émotions.

Préparez-vous à évoquer

- Vos objectifs, maladies, allergies médicamenteuses et traitements
- Tous vos médicaments, vitamines et compléments à base de plantes ; votre consommation d'alcool, de tabac et de drogues
- Vos opérations antérieures, les antécédents familiaux de cancer du sein et les résultats des mammographies ou biopsies mammaires

Votre chirurgien va

- Évaluer votre état de santé et vos facteurs de risque ; examiner et mesurer les seins, la peau et la position des mamelons et des aréoles
- Prendre des photographies pour le dossier et présenter les options
- Expliquer le traitement proposé, l'anesthésie, les résultats attendus, les risques et les complications possibles

Se préparer à l'intervention

Selon votre santé et le projet opératoire, il pourra vous être demandé de :

- Faire des analyses ou un bilan médical
- Revoir vos traitements avec le chirurgien
- Arrêter de fumer selon les consignes
- Revoir les produits favorisant le saignement
- Prévoir transport et présence la nuit

Une mammographie de référence avant l'opération, puis une autre après, pourra être demandée pour repérer de futures modifications du tissu mammaire. Ce n'est pas une obligation systématique pour toutes les patientes.

Les consignes sont personnalisées. Aspirine, anti-inflammatoires et compléments à base de plantes peuvent augmenter le risque de saignement. N'arrêtez ni ne modifiez un traitement prescrit sans instruction de votre chirurgien.

> *L'intervention peut avoir lieu dans un bloc opératoire agréé en cabinet, un centre ambulatoire autorisé ou un hôpital. Prévoyez un accompagnant pour l'aller et le retour, et une présence auprès de vous au moins la première nuit.*

03 · LE JOUR J

L'intervention, étape par étape

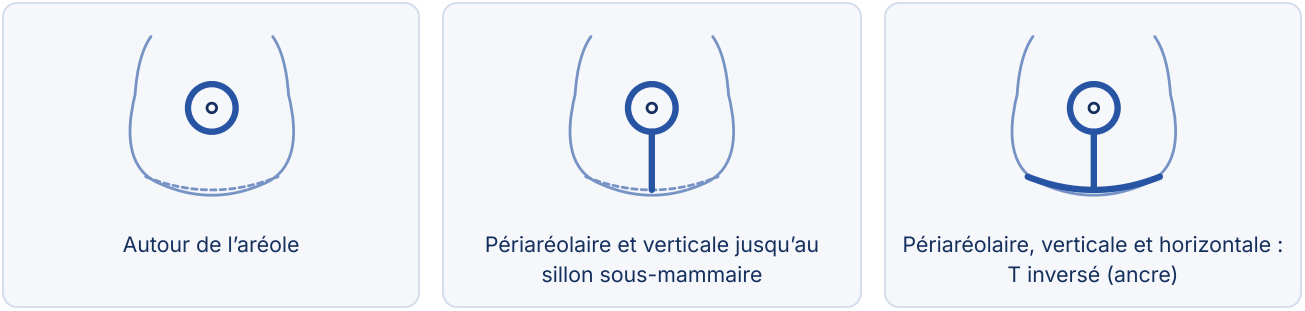
La technique dépend de la taille et de la forme des seins, de la taille et de la position des aréoles, de l'affaissement, de l'élasticité cutanée et de l'excès de peau.

ÉTAPE 1 L'anesthésie

Une sédation intraveineuse ou une anesthésie générale assure votre confort. Le chirurgien recommande l'option adaptée.

ÉTAPE 2 Les incisions

Trois tracés courants figurent ci-dessous. Le choix doit répondre à votre anatomie et à la correction nécessaire, plutôt que viser uniquement la cicatrice la plus courte.



Schémas de face d'un sein. Les traits bleus épais indiquent les incisions ; la courbe pâle inférieure repère le sillon sous-mammaire. Non à l'échelle.

ÉTAPE 3 Le remodelage et la remontée

Le tissu mammaire est remonté et remodelé. Le mamelon et l'aréole sont repositionnés ensemble plus haut, généralement en restant reliés aux tissus sous-jacents et à leur vascularisation. Une aréole élargie peut être réduite en retirant de la peau à son pourtour ; l'excès de peau du sein est retiré.

ÉTAPE 4 La fermeture

Des sutures profondes soutiennent le sein remodelé. La peau est refermée par sutures, colle cutanée et/ou bandelettes. Certaines cicatrices suivent les contours naturels ; d'autres restent visibles sur le sein. Elles sont permanentes, mais s'atténuent habituellement.

ÉTAPE 5 Le premier résultat

Le changement de position peut être visible immédiatement, mais le gonflement influence l'aspect initial. La forme et la position se stabilisent au cours des mois suivants.

04 · APRÈS L'OPÉRATION

Convalescence et résultats

Suivez attentivement les consignes du chirurgien. Les soins et la reprise des activités sont adaptés à votre opération et à votre cicatrisation, et non à un calendrier fixe.



IMMÉDIATEMENT
Pansements et maintien
Les incisions sont protégées. Une bande élastique ou un soutien-gorge de maintien aide à limiter le gonflement et soutient les seins.

CICATRISATION INITIALE
Soins et suivi
Un petit drain peut évacuer temporairement le sang ou les liquides. Suivez les consignes de soins, de traitement et de suivi.

LES MOIS SUIVANTS
Le galbe se stabilise
Le gonflement diminue ; la forme et la position se stabilisent. Respectez les rendez-vous de contrôle.

À LONG TERME
Préserver le résultat
Les cicatrices persistent mais s'estompent. L'âge et la pesanteur continuent d'agir ; poids stable et vie saine aident à préserver le résultat.

Des étapes générales, sans échéances imposées. Votre récupération dépend de votre santé, de l'intervention et des consignes du chirurgien.

Vos consignes postopératoires

- Soins des seins, des incisions et des éventuels drains
- Médicaments locaux ou oraux pour aider la cicatrisation et limiter le risque d'infection
- Signes à surveiller sur la zone opérée ou dans votre état général
- Dates de contrôle et moyens de contacter l'équipe chirurgicale

Questions à poser

- Où serai-je après l'opération et quels médicaments recevrai-je ?
- Quand retirer pansements, drains ou points, si nécessaire ?
- Comment me laver et combien de temps porter le soutien-gorge de maintien ?
- Quand reprendre les activités habituelles et le sport ?
- Quand aura lieu mon rendez-vous de suivi ?

Protégez les tissus en cicatrisation

Évitez les tensions, les frottements et les mouvements excessifs au niveau des incisions. Suivez les consignes de votre chirurgien pour limiter le gonflement.

Résultat et changements futurs

Le résultat peut être durable, mais ne peut être garanti ; une reprise peut être nécessaire. Les cicatrices restent permanentes malgré leur atténuation. Une grossesse peut réduire ou annuler l'amélioration ; de fortes variations de poids peuvent modifier l'aspect. Si vous envisagez une grossesse, discutez du meilleur moment pour vous faire opérer.

05 · UNE DÉCISION ÉCLAIRÉE

Risques et sécurité

Vous seule pouvez décider si les bénéfices du lifting mammaire valent ses risques. Les formulaires de consentement confirment votre compréhension de l'intervention et de ses complications possibles.

Examinez tous les risques ci-dessous avec votre chirurgien, ainsi que ceux propres à votre santé et au traitement prévu.

Chirurgie et risques généraux

- Risques de l'anesthésie
- Saignement ou hématome (poche de sang)
- Infection
- Thrombose veineuse profonde (caillots)
- Complications cardiaques et pulmonaires

Cicatrisation et tissus

- Mauvaise cicatrisation des incisions
- Accumulation de liquide
- Nécrose graisseuse (destruction du tissu adipeux)

Mamelon et sensibilité

- Modification temporaire ou permanente de la sensibilité du mamelon ou du sein
- Nécrose partielle ou totale du mamelon et de l'aréole

Aspect esthétique

- Irrégularités du contour ou de la forme des seins
- Asymétrie mammaire

Traitement complémentaire

- Une reprise chirurgicale peut être nécessaire
- L'allaitement après l'intervention ne peut être garanti.

Vos questions comptent

Ces risques et tout autre risque propre à votre cas seront expliqués avant votre consentement. Posez directement toutes vos questions à votre chirurgien plasticien : aucune question n'est sans importance.

06 · BIEN ANTICIPER

Coût et choix du chirurgien

Le prix d'un lifting mammaire varie selon l'expérience du chirurgien, la technique et la localisation du cabinet. Demandez un devis personnalisé et renseignez-vous sur les facilités de paiement.

Ce que le coût total peut inclure

- Honoraires du chirurgien
- Frais d'anesthésie
- Frais d'hôpital ou de clinique
- Examens médicaux
- Soutien-gorge de maintien et médicaments prescrits

Implants : uniquement s'ils sont utilisés

Si vous choisissez un implant facultatif, son coût doit figurer au devis. Vérifiez ce que comprend le total, notamment le suivi et toute intervention supplémentaire.

À propos de l'assurance

La plupart des assurances santé ne couvrent pas le lifting mammaire à visée esthétique. Vérifiez votre propre contrat avant de réserver.

Bien plus qu'un tarif

Lorsque vous choisissez un chirurgien pour votre lifting mammaire, son expérience et la confiance que vous lui accordez comptent autant que le prix final.

Le premier choix, et le plus important, est celui d'un chirurgien plasticien qualifié et expérimenté, en qui vous avez confiance.

Les critères à vérifier

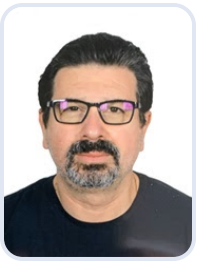
Avant de vous décider, assurez-vous que votre chirurgien :

- Est un chirurgien plasticien qualifié, spécialisé en chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique
- A suivi une formation chirurgicale complète dans un établissement reconnu
- Possède une solide expérience du lifting mammaire et peut vous montrer des exemples de résultats
- Opère dans un établissement agréé, équipé pour assurer votre sécurité
- Prend le temps de répondre à toutes vos questions et vous explique clairement les risques

N'hésitez pas à demander à votre chirurgien quelles sont sa formation et son expérience : un praticien de confiance vous répondra volontiers.

PRENEZ RENDEZ-VOUS

Parlons de vos objectifs



Dr Imad Shehadi

Plastic Surgery Institute

Adresse
63, rue Souraty, immeuble Hamra Nassif, 1er étage
Beyrouth, Liban

Téléphone
+9611746345

WhatsApp
+9613307854

E-mail
psi@psi-lb.com

Ce guide est fourni à titre informatif uniquement. Il ne constitue ni une promesse ni une garantie quant au résultat d'une intervention, et ne remplace pas une consultation approfondie, en personne, avec un chirurgien plasticien qualifié.