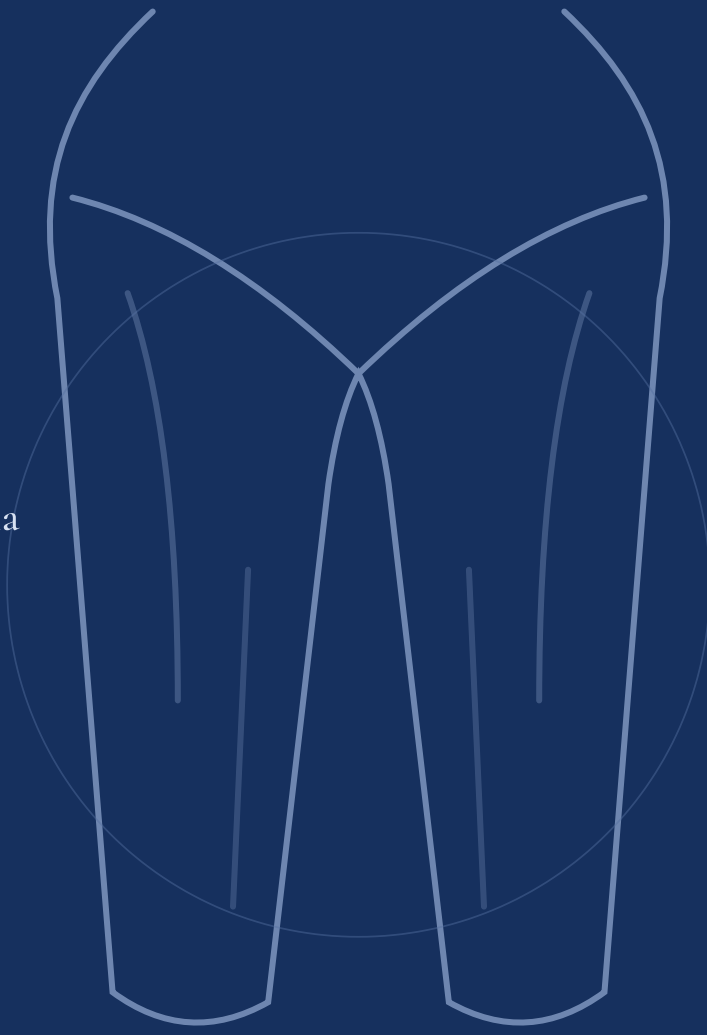
Plastic Surgery Institute

Guide du patient · Cruroplastie

Lifting des cuisses

Un choix personnel. Comprendre les options, la préparation, les suites et les limites.



02 Comprendre la cruroplastie
03 Consultation et préparation
04 Intervention et incisions
05 Récupération et résultats
06 Risques et sécurité
07 Coût et choix du chirurgien



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

01 · Les bases

Comprendre la cruroplastie

Le lifting des cuisses, ou cruroplastie, réduit l'excès de peau et, dans certains cas, de graisse sur leur face interne ou externe. Il vise le contour, non un idéal corporel.



Faces interne et externe

Les zones colorées indiquent des régions éventuellement traitées, sans représenter des incisions ni promettre un résultat.

Ce qu'il peut et ne peut pas faire

Ce n'est ni une chirurgie d'amaigrissement ni un traitement de la graisse seule. Il ne promet pas d'éliminer cellulite ou vergetures, ni de transformer la qualité de la peau. Les vergetures situées sur la peau retirée peuvent disparaître avec elle ; les autres restent.

La place de la liposuccion

Si la graisse est le problème principal et que la peau est bien élastique, une liposuccion seule peut être envisagée. Si l'élasticité est faible, une liposuccion sélective peut accompagner le lifting, sans remplacer l'excision de peau.

À qui peut-il convenir ?

Des adultes de tout genre, en bonne santé, au poids stable, ayant un excès cutané interne ou externe, des attentes réalistes et une bonne hygiène de vie peuvent être candidats. L'absence de tabagisme compte. Les maladies affectant la cicatrisation ou le risque opératoire doivent être évaluées.

Un choix qui vous appartient

Les objectifs peuvent être fonctionnels, esthétiques ou les deux. Cette chirurgie reste facultative, sans pression extérieure. Si vous prévoyez de maigrir encore, demandez quand stabiliser votre poids et comment adapter le projet.

02 · Avant l'intervention

Consultation et préparation

Parler ouvertement de vos objectifs, de votre santé et de votre mode de vie aide à déterminer si l'intervention est adaptée et comment la préparer.

Informations à préparer

- Objectifs, maladies, allergies, traitements et opérations antérieures.
- Tous les médicaments, vitamines, compléments et plantes ; alcool, tabac, nicotine et drogues.
- Problèmes cutanés ou de plaie, mauvaise cicatrisation, saignements, thromboses et gonflement des jambes.

Évaluation du chirurgien

- Santé générale, facteurs de risque, relâchement et répartition graisseuse ; examen, mesures et photographies médicales.
- Alternatives, incisions, anesthésie, limites réalistes, suites et ensemble des risques pertinents.


Examens adaptés


Médicaments


Arrêt de la nicotine


Trajet et aide adulte

Une préparation personnalisée

Des examens ou un bilan médical peuvent être nécessaires. Suivez les consignes d'arrêt de la nicotine. Faites réévaluer aspirine, anti-inflammatoires et plantes susceptibles d'augmenter le saignement. N'arrêtez aucun traitement prescrit sans l'accord de son prescripteur.

Établissement et anesthésie

Vérifiez l'autorisation ou l'accréditation adaptée de l'établissement, les qualifications de l'équipe d'anesthésie, la surveillance et le plan d'urgence. Sortie le jour même ou nuit sur place : cela dépend de l'étendue du geste et de votre santé, sans garantie d'ambulatoire.

Organiser une aide concrète

Confirmez jeûne, vêtements et heure d'arrivée. Prévoyez les trajets et la présence d'un adulte au moins la première nuit, puis plus longtemps si nécessaire. Demandez comment joindre l'équipe hors des horaires habituels.

03 · Le jour de l'intervention

Intervention et incisions

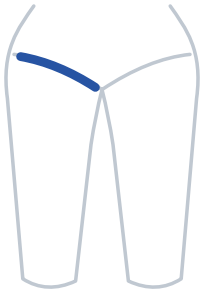
Le tracé dépend de la localisation et de l'étendue du relâchement, des tensions tissulaires et de vos objectifs, pas seulement de la cicatrice la plus courte.

01 Anesthésie

Sédation intraveineuse ou anesthésie générale : le choix est individualisé avec les équipes chirurgicale et anesthésique. Faites expliquer l'option proposée.

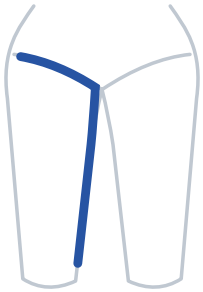
02 Incisions et remodelage

La peau et les tissus sous-jacents sont redrapés, puis l'excès cutané retiré. Une liposuccion sélective reste facultative. Certains tracés internes se prolongent dans le pli inguinal postérieur ; toutes les variantes ne sont pas dessinées.



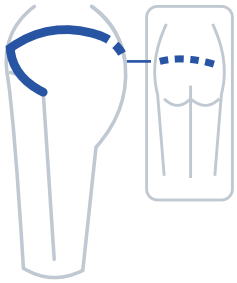
Incision inguinale seule

Pour certains relâchements du haut de la face interne : incision limitée au pli de l'aine.



Lifting interne étendu

Pli inguinal et incision verticale sur la face interne, plus courte ou vers le genou selon le besoin.



Lifting externe

De l'aine autour de la hanche vers le dos ; vue oblique et petit encadré postérieur.

Incision — Portion postérieure cachée — Contour corporel

Schémas cliniques, non un plan individuel. Les deux premiers sont de face : cuisse droite du patient à gauche de l'image. La ligne verticale est interne, non externe.

03 Soutien profond et fermeture

Des sutures profondes peuvent ancrer les tissus remodelés ; il ne s'agit pas d'un resserrement systématique des muscles des cuisses. Fils résorbables ou à retirer, colle, bandes ou agrafes peuvent fermer la peau. Des drains sont possibles.

04 Résultats progressifs

Œdème et ecchymoses peuvent masquer les premiers changements. Une compression n'est utilisée que si prescrite, pour une durée individuelle. Les cicatrices sont parfois étendues et restent permanentes ; leur dissimulation par un maillot n'est pas garantie.

04 · Après l'intervention

Récupération et résultats

Suivez vos consignes écrites. La cicatrisation et la reprise des activités sont individuelles, sans semaine de reprise universelle.

Premiers soins

Pansements sur les incisions ; drains éventuels pour le sang ou les liquides. Apprenez les soins, les médicaments et les motifs d'appel.

Cicatrisation et suivi

Le suivi détermine retrait des pansements, drains et fils, puis reprise progressive. Compression uniquement si prescrite ; ne la resserrez pas vous-même.

Évolution sur des mois

Œdème et ecchymoses masquent le début du résultat. Le contour se stabilise en plusieurs mois ; les cicatrices s'atténuent sur des mois à un an ou plus, mais persistent.

Protéger les incisions

- Mobilisation douce selon prescription. La prévention des thromboses est individuelle ; ce guide ne conseille ni alitement ni médicament.
- Évitez tension, frottements et mouvements excessifs sur les incisions inguinales. Gérez l'œdème selon vos consignes.
- Prévoyez de l'aide la première nuit et au-delà si nécessaire ; respectez les contrôles.

Demander avant de reprendre

- Comment m'asseoir, me lever, marcher et prendre les escaliers ?
- Quand reprendre travail, conduite, bain et exercice ?
- Quels soins pour pansements, drains, médicaments et compression éventuelle ? Quand revenir ?

Garder des attentes réalistes

Poids stable et bonne hygiène de vie peuvent aider à maintenir le changement. Le vieillissement continue et un relâchement peut réapparaître. Aucun résultat n'est garanti et une reprise chirurgicale peut être nécessaire.

Quand demander de l'aide

Difficulté respiratoire, douleur thoracique ou battements cardiaques inhabituels : soins d'urgence immédiats. Prévenez rapidement l'équipe en cas de fièvre, rougeur ou douleur croissante, ou ouverture de plaie.

05 · Un choix éclairé

Risques et sécurité

Mettez en balance bénéfices possibles et complications. Avant le consentement, le chirurgien doit expliquer les risques propres à votre opération et à votre santé.

Intervention et circulation

- Risques anesthésiques
- Saignement
- Infection
- Thrombose veineuse profonde et complications cardiaques ou pulmonaires

Peau et sensibilité

- Douleur persistante
- Modification de couleur cutanée et/ou œdème prolongé
- Engourdissement ou autre modification de sensibilité

Plaies et tissus

- Mauvaise cicatrisation
- Accumulation de liquide (sérome)
- Désunion majeure de la plaie
- Perte cutanée
- Nécrose graisseuse sous la peau

Aspect et soins supplémentaires

- Asymétrie
- Fils ressortant à travers la peau, visibles ou irritants, pouvant nécessiter leur retrait
- Cicatrices défavorables
- Réapparition du relâchement cutané
- Possibilité de reprise chirurgicale

Un consentement propre à votre intervention

Cette liste n'est pas exhaustive. Demandez quels risques vous concernent, comment les réduire et comment traiter d'éventuelles complications. Le consentement atteste votre compréhension ; il ne garantit ni absence de risque ni résultat particulier.

Quand demander de l'aide

Difficulté respiratoire, douleur thoracique ou battements cardiaques inhabituels : soins d'urgence immédiats. Prévenez rapidement l'équipe en cas de fièvre, rougeur ou douleur croissante, ou ouverture de plaie.

06 · Bien planifier

Coût et choix du chirurgien

Choisissez un chirurgien plasticien qualifié et expérimenté et un établissement adapté. Expérience pertinente, dialogue et sécurité comptent autant que le prix.



Demander un devis écrit personnalisé

Les honoraires dépendent de l'étendue, de la technique, de l'expérience et du lieu d'exercice. Vérifiez chirurgie, anesthésie, établissement, examens, médicaments, vêtements compressifs, pansements et suivi. Faites préciser les inclusions et les frais de soins supplémentaires ou de reprise. Aucun tarif ni financement n'est promis ici.

Vérifier directement avec l'assureur

La chirurgie esthétique et ses complications sont souvent exclues. Faites confirmer par écrit les conditions de votre contrat avant de réserver. Ne présumez ni couverture locale, ni remboursement, ni paiement.

Questions à poser au chirurgien

- Quelles sont vos qualifications et votre expérience du lifting des cuisses et du remodelage après amaigrissement ?
- Pourquoi ce tracé ? Quelles cicatrices permanentes, limites et alternatives prévoir ?
- Puis-je voir des exemples pertinents, sans attendre un résultat identique ?
- Où aura lieu l'intervention, qui assurera l'anesthésie et quel est le plan d'urgence ?
- Qui assure suivi et complications ? Comment joindre l'équipe en dehors des heures habituelles ?

Prenez le temps d'étudier le projet et de poser vos questions. Une cicatrice plus courte ou un prix moindre ne doit pas primer sur une intervention adaptée et des soins sûrs.

Prendre 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

Courriel
psi@psi-lb.com

Ce guide est uniquement éducatif : il ne fournit ni avis médical individualisé ni plan de traitement. Il ne comporte aucune représentation, garantie ou promesse de résultat et ne remplace pas une consultation approfondie en personne avec un chirurgien plasticien qualifié et expérimenté. Suivez les consignes de votre équipe soignante.

Pour en savoir plus · Intervention · Sécurité · Récupération · Présentation de la cruroplastie