



Groupe hospitalier  
Paris Saint-Joseph

## Service de chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique

Institut des Pathologies de la Face et de la Tête (I.P.F.T.)

cpre@hpsj.fr

### CONSIGNES SUITE A UN LIFTING DU VISAGE

Madame, Mademoiselle, Monsieur, vous venez d'être opéré(e) d'un lifting du visage. Veuillez trouver ci-dessous les conseils utiles concernant les suites post-opératoires à votre domicile :

#### 1) Soins

Faites les soins selon l'ordonnance : désinfecter sans frotter les cicatrices autour des oreilles à l'aide de compresses imbibées d'antiseptique deux fois par jour.

#### 2) Hygiène

Une hygiène rigoureuse est indispensable pour limiter le risque d'infection de la zone opérée.

##### a) Se laver

Vous pouvez faire votre toilette au gant puis si vous le souhaitez, à partir du 2<sup>e</sup> jour après l'intervention, prendre une douche intégrale :

Le lavage des cheveux peut se faire à l'eau claire pendant les deux premiers jours, le shampooing est autorisé à partir du troisième jour. Toute immersion (bain, piscine, mer) est formellement interdite avant un délai minimum d'un mois. Sauna et hammam sont également à proscrire pendant ce délai.

##### b) Hydratation de la peau

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*.

##### c) Coiffeur

Possible *après la 3<sup>e</sup> semaine*.

#### 3) Activités quotidiennes

Une activité physique quotidienne réduite est recommandée *la première semaine* 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 qui a besoin tout particulièrement de toute la réserve d'énergie de l'organisme.

Pour votre sécurité et celle des autres, la conduite automobile est déconseillée la première semaine car tout mouvement de rotation forcée de la tête (notamment lors de la marche arrière) peut être entravée ou impossible au début.

#### 4) Activités sportives

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

#### 5) Alimentation

Une légère gêne à l'ouverture buccale extrême est possible les premiers jours. Il est aussi recommandé pendant ce laps de temps une alimentation ne nécessitant un effort masticatoire important.

#### 6) Urgence / complément d'information

En cas de nécessité d'ordre médical en rapport avec votre intervention, vous pouvez joindre notre équipe :

- Du lundi au vendredi dans la journée :
  - o au 01 44 12 37 71 (secrétariat de consultation)
  - o au 01 44 12 81 40 (hospitalisation bâtiment Notre-Dame de Bons Secours – niveau 4)
- Les nuits, week-end et jours fériés :
  - o au 01 44 12 81 40 (hospitalisation bâtiment Notre-Dame de Bons Secours- niveau 4)
  - o au 01 44 12 34 58 (service des Urgences)

Pour les questions sans caractères d'urgence, vous pouvez également contacter notre service par l'adresse de messagerie électronique suivante : [cpre@hpsj.fr](mailto:cpre@hpsj.fr)

Le Docteur Philippe LEVAN et toute l'équipe de Chirurgie Plastique vous souhaite un prompt rétablissement.