

CONSEILS POSTOPÉRATOIRES

BLÉPHAROPLASTIES

Votre retour à la maison.

Vous pouvez boire et manger ce que vous désirez selon votre tolérance.

Si vous présentez des nausées, vomissements et/ou douleur, référez-vous à la prescription qui vous a été remise avant la chirurgie et utilisez la médication appropriée.

La douleur se présentera sous forme de brûlements qui se dissipent dans les premiers 24 heures.

Vous devez faire des applications de froid de 5 à 10 minutes aux heures durant le premier 24 heures (sauf la nuit si vous dormez), puis de 3 à 4 fois par jour par la suite jusqu'au retrait des points. Ceci permet de diminuer la douleur et l'œdème. Nous vous recommandons d'utiliser des petits pois vert congelés mis préalablement dans des sacs Ziploc. N'appliquez jamais le froid directement sur les paupières afin d'éviter les engelures.

Vous devez également appliquer en mince couche de l'onguent Aqua-phor sur les incisions aux 2 heures durant le premier 24 heures puis de 3 à 4 fois par jour, après l'application du froid, jusqu'au retrait des points. Appliquez-le avec un coton-tige : un côté différent sur chaque incision afin d'éviter la contamination. Cet onguent permet une meilleure souplesse au niveau de la cicatrice en évitant la sécheresse, le tiraillement ainsi que le suintement de la plaie.

Si on vous a prescrit du Lacri-Lube, l'appliquez 1 fois par jour dans les deux yeux, au coucher.

Vous devez dormir en position surélevée à 45° pour une période de 2 jours. Il est préférable de demeurer assis plutôt que couché.

Si vous présentez des stéri-strips au niveau des incisions, vous n'avez pas d'onguent d'Aqua-phor à appliquer.

Si vous présentez une irritation ou une sécheresse aux yeux, vous pouvez utiliser des larmes artificielles au besoin.

Évitez de faire rougir votre visage et de faire monter votre tension artérielle:

- Essayez de ne pas tousser ou éternuer.
- Évitez de lever des objets lourds.
- Éviter de pencher la tête vers le bas pour attacher vos souliers.
- Ne pas forcer aux toilettes.
- Éviter de vous choquer ainsi que les émotions fortes.

Vous pouvez prendre un bain ou une douche le lendemain de la chirurgie. Vous pourrez laver vos paupières en utilisant un savon doux en évitant les mouvements de frottement.

Il est cependant recommandé d'attendre 3 semaines avant d'utiliser la piscine.

Vous devrez éviter de mettre de la crème hydratante ou encore d'utiliser du maquillage sur vos cicatrices pour une période de 10 jours.

Il est important de s'abstenir de porter des verres de contact pour les 3 premières semaines (blépharoplastie transconjonctivale et inférieure).

Il est recommandé d'éviter les efforts physiques pour une période de 2 semaines. Après cette période, une reprise graduelle des exercices peut être faite. Vous ne pouvez soulever des poids de plus de 15 lbs et ce, pour une période de 2 semaines.

Aucun soleil direct ne devrait atteindre les cicatrices pour une période de 4 semaines. Après ce temps, vous pourrez vous exposer de façon transitoire au soleil en utilisant une protection solaire avec un indice de protection de plus de 30. Le port d'un chapeau et de lunettes avec protection solaire est également recommandé pour une période de 6 mois.

Nous conseillons de procéder à des massages sur les cicatrices 3 à 4 semaines après la chirurgie. Ils peuvent être poursuivis pour une période de un an.

Si vous avez une douleur importante d'un côté, que vous sentez un œdème plus marqué de ce côté et que la vision de l'œil se modifie, vous devez appeler immédiatement à la clinique ou sur la pagette d'urgence.

Si vous avez des questions ou des inquiétudes, n'hésitez pas à nous contacter à la clinique durant les heures ouvrables ou encore sur le cellulaire si urgence.