

La reconstruction mammaire

« Symétrisation » et reconstruction du mamelon et de l'aréole



Après une reconstruction mammaire, il faut souvent opérer le sein qui n'a pas été reconstruit pour le rendre le plus possible pareil à l'autre. On peut aussi reconstruire vos mamelons et aréoles s'ils ont été enlevés. Cette fiche vous explique comment les choses vont se dérouler.

Qu'est-ce que la « symétrisation » ?

Après la reconstruction d'un de vos seins, vous devrez peut-être être opérée à l'autre pour le reformer à son tour. Cette opération permet de rendre vos deux seins le plus possible pareils l'un à l'autre : volume, forme, hauteur. On appelle cela la « symétrisation ».



À quel moment aura lieu cette opération ?

En général, 3 à 6 mois après la reconstruction.

Ce délai est plus long **si** vous recevez des traitements contre le cancer :

- 6 semaines après la dernière dose de chimiothérapie.
- 6 mois après la dernière séance de radiothérapie.

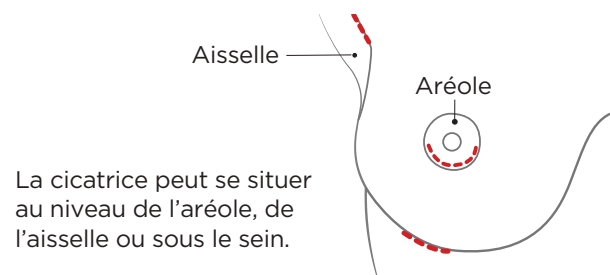
Quelle technique va être utilisée ?

Le chirurgien plasticien peut utiliser 3 techniques. Il vous recommandera ce qui est le mieux adapté à votre situation. Vous serez « endormie » pendant cette opération (anesthésie générale).

Technique 1 - Augmentation du sein

Cette option est proposée quand l'autre sein est moins gros que le sein reconstruit.

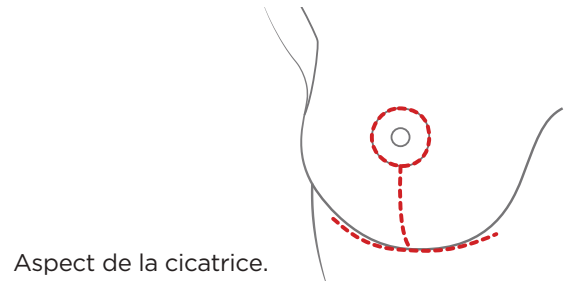
Une prothèse permanente en gel de silicone est glissée dans le sein. La taille de la prothèse est choisie en fonction de la grosseur du sein reconstruit.



Technique 2 - Réduction du sein

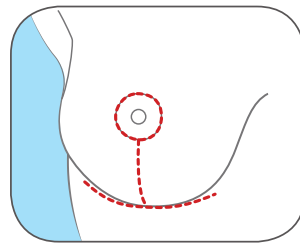
Cette option est proposée quand le sein qui n'a pas été opéré est plus gros que le sein reconstruit.

Le chirurgien retire le tissu à l'intérieur de votre sein (la glande mammaire) et le surplus de peau. Votre sein aura un aspect plus ferme et soutenu.

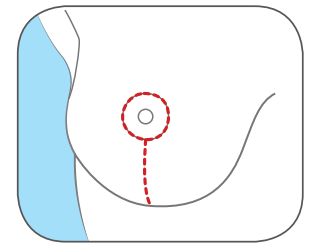


Technique 3 - « Redrapage » du sein

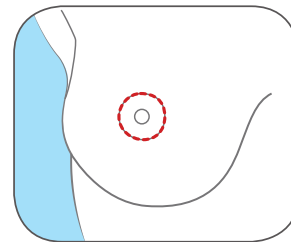
Cette option est proposée quand l'autre sein est tombant et que le mamelon et l'aréole ne sont pas à la bonne place. C'est ce qu'on appelle une « ptose mammaire ». L'opération consiste à retirer de la peau et à remonter le mamelon et l'aréole. Le sein aura un aspect plus rond.



Aspect de la cicatrice avec une ptose importante.



Aspect de la cicatrice avec une ptose peu importante.



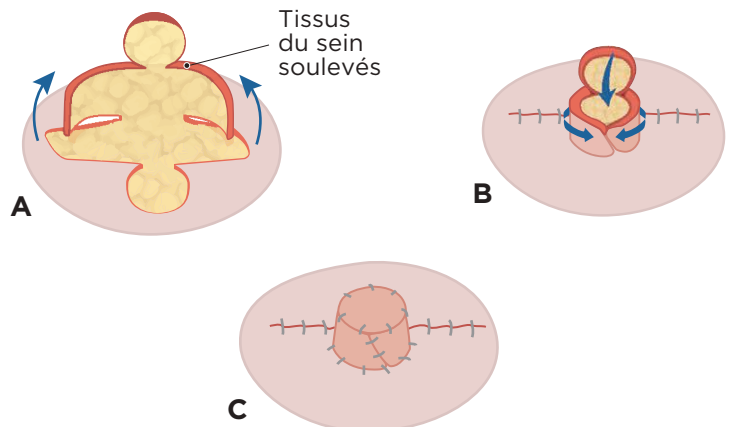
Aspect de la cicatrice avec une ptose légère.

Comment refait-on le mamelon ?

Cette reconstruction se fait de 6 à 12 mois après votre dernière opération. Ce délai permet d'attendre que les seins prennent leur place naturelle. En effet, après une reconstruction, les seins ont tendance à tomber un peu. Le chirurgien veut ainsi être sûr de « placer » les mamelons et les aréoles de vos deux seins à la même position.

Le mamelon est formé à l'aide de tissus du sein reconstruit ou de l'autre mamelon. Pour cette opération, votre sein (ou les deux) sera « gelé » (anesthésie locale). Il existe 3 techniques pour reconstruire le mamelon.

- 1 Par lambeau.** Une partie de la peau et un peu de la graisse de votre sein reconstruit sont soulevées (A) puis repliées (B) pour former le nouveau mamelon (C).



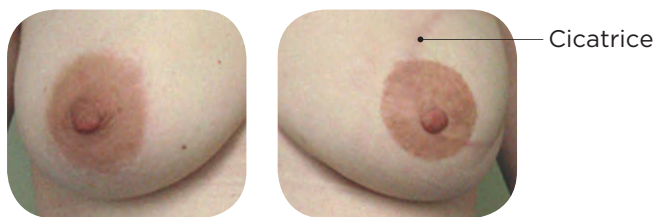
- 2 Par greffe.** Une partie du mamelon du sein non opéré est utilisée pour former le mamelon du sein reconstruit.
- 3 Par tatouage.** Un dessin tatoué sur le bout de votre sein reconstruit peut donner un effet de profondeur ou l'illusion d'un mamelon en trois dimensions. Avec le temps, la couleur du tatouage peut s'effacer un peu. Il est possible de faire faire une retouche.

Le chirurgien évaluera quelle technique convient le mieux à votre situation.

Comment refait-on l'aréole ?

Elle est reconstruite par tatouage.

- > 3 mois après la reconstruction du mamelon avec un lambeau ou une greffe.
- > Au moment du tatouage du mamelon.



Aréole naturelle

Aréole tatouée

Certaines femmes choisissent aussi de porter un mamelon artificiel (« un autocollant »).

Mamelons artificiels (autocollants)



Combien de temps faut-il prévoir ?

- La « symétrisation » des seins se fait en chirurgie d'un jour. Elle dure de 1 h 30 à 3 heures. Après l'opération, vous serez surveillée jusqu'à ce que vous soyez bien réveillée. Vous aurez un pansement. Assurez-vous d'être accompagnée pour votre retour à la maison à cause de certains médicaments qu'on pourrait vous donner.

- La reconstruction du mamelon avec un lambeau ou une greffe se fait en chirurgie d'un jour. Elle dure 30 minutes. Vous aurez un pansement ou deux. Assurez-vous d'être accompagnée pour votre retour à la maison.
- La reconstruction du mamelon et de l'aréole par tatouage se fait par le chirurgien plasticien, un tatoueur ou une infirmière. Elle dure 30 minutes. Vous aurez un pansement ou deux.




À NOTER

Toutes ces opérations et tatouages sont couverts par le régime d'assurance-maladie du Québec (RAMQ).

Y a-t-il des précautions à prendre AVANT ces opérations ?

Pour réduire les risques de complications, vous devrez cesser :

- de fumer 6 semaines avant et 6 semaines après chaque opération. La nicotine (cigarette électronique et timbres compris) diminue la circulation sanguine et nuit à la guérison. 
- tous les médicaments qui rendent le sang plus fluide (Aspirine, anti-inflammatoires ou produits naturels) 10 jours avant et 10 jours après chaque opération. Cela augmente le risque de saignement.

Quel sera le suivi APRÈS les opérations ?

Vous devrez garder les pansements propres et secs jusqu'à la prochaine visite à la clinique (5 à 7 jours après l'opération). Le chirurgien changera vos pansements et vous expliquera les soins à faire.

Quels sont les inconvénients possibles ?

Pour la « symétrisation » des seins :

- gonflement du sein
- bleu (ecchymose) au niveau du sein
- difficulté à lever le bras du côté opéré

Pour la reconstruction du mamelon (lambeau ou greffe) :

- après les 6 premiers mois, le mamelon peut moins pointer vers l'avant
- infection
- perte en partie ou en totalité du lambeau ou de la greffe (nécrose)

Quels symptômes dois-je surveiller ?

- fièvre (38,5 °C/100,9 °F) et plus
- rougeur, chaleur ou enflure plus importantes de votre plaie
- écoulement jaune ou verdâtre de la plaie
- mauvaise odeur de la plaie
- douleur qui persiste plus de 3 mois, qui n'est pas soulagée avec les médicaments ou qui revient

Si vous avez l'un de ces symptômes, contactez votre équipe de soins.

Quelles précautions dois-je prendre APRÈS les opérations ?

Après la « symétrisation » des seins :

- Reposez-vous. Prenez un congé de travail pendant 7 à 10 jours.
- Ne faites aucun sport pendant 1 ou 2 mois.
- Attendez que la cicatrisation (guérison de la plaie) soit finie avant de mouiller votre sein opéré.



Après la reconstruction du mamelon (lambeau ou greffe) :

- Aucun arrêt de travail n'est nécessaire.
- Ne faites aucun sport pendant 1 semaine ou selon les recommandations de votre chirurgien.
- Attendez que la cicatrisation (guérison de la plaie) soit finie avant de mouiller le mamelon.

À qui m'adresser pour obtenir de l'aide ou poser des questions ?

N'hésitez pas à parler à votre équipe de soins et à votre infirmière ressource si vous avez des questions.



RESSOURCES UTILES

Fondation du cancer du sein du Québec :
> rubanrose.org

La Fondation du cancer du sein du Québec est fière de contribuer à informer et soutenir les femmes au moment de la reconstruction mammaire, grâce à une subvention pour la réalisation de ce projet.

La reconstruction mammaire au CHUM
> cicc.chumontreal.qc.ca

Cliquer sur l'onglet J'ai un cancer → Sein
CICS → La reconstruction

Centre des maladies du sein
Deschênes-Fabia :
> centredesmaladiesdusein.ca

Association pour la reconstruction du sein
par D.I.E.P. :
> diep-asso.fr

Il existe d'autres fiches santé produites par le CHUM. Demandez lesquelles pourraient vous convenir.



Vous pouvez aussi les consulter directement sur notre site
chumontreal.qc.ca/votresante

Le contenu de ce document ne remplace d'aucune façon les recommandations faites, les diagnostics posés ou les traitements suggérés par votre professionnel de la santé.



Questions

Notez les questions que vous voulez poser à votre équipe de soins pour ne pas les oublier.



Questions-type à poser à votre équipe de soins ou à votre infirmière pour vous aider à prendre vos décisions et vous préparer à votre opération.

- > Dois-je porter un soutien-gorge suite à la symétrisation de mes seins ?
- > Vais-je avoir des drains ?
- > Où puis-je me procurer des mamelons artificiels ?
- > Aurai-je encore des sensations érogènes au niveau de mes mamelons ?



Observations - Remarques

Notez les observations que vous jugez importantes : sur vos symptômes, vos soins, votre suivi, votre niveau d'énergie, etc.





Prochains rendez-vous



Personnes-ressources et contacts

Notez les numéros de téléphone, courriels, sites internet qui peuvent vous être utiles.