

# RECONSTRUCTION MAMMAIRE

Est-ce la solution pour moi?

SOIRÉE  
BRAVOURE

On vient de m'annoncer qu'on doit m'enlever un sein. Je suis en état de choc! Quelles sont mes options? Par où commencer pour prendre une décision, LA bonne décision POUR MOI?

Plusieurs options s'offrent à moi et la décision m'appartient. La reconstruction du sein est un choix personnel. Celle-ci nécessite une réflexion. Lorsque mon chirurgien me parlera de cette option, il faut que je prenne le temps de réfléchir.



*Il est important de noter que l'opération chirurgicale a des limites et que le sein reconstruit n'est jamais identique au sein original. Il y aura donc des cicatrices et une différence entre les deux seins.*

## Voici 10 sujets à aborder avec mon chirurgien afin de prendre une décision éclairée

- 1 Suis-je à l'aise avec un corps étranger (prothèse) ou est-ce que j'aimerais mieux utiliser mes propres tissus? Quelle est l'option la plus sécuritaire?
- 2 Est-ce que toutes les options sont possibles ou, au contraire, certaines options sont rejetées dès le départ selon ma condition? Si j'opte pour un lambeau abdominal DIEP, pourrai-je avoir des enfants par la suite? Quels sont les risques?
- 3 À quelles complications dois-je m'attendre? Et si j'ai des complications, qu'est-ce qu'on fait? Est-ce fréquent? Peut-on utiliser différentes opérations pour ma reconstruction? Peut-on utiliser des lambeaux différents sur le corps selon qu'on m'enlève un sein ou les deux?
- 4 La récupération après une reconstruction, c'est long? Pourrais-je reprendre mes activités rapidement?
- 5 Est-ce que je vais pouvoir reprendre une vie tout à fait normale après l'opération? Si on m'enlève un muscle du dos ou le tablier du ventre, ou encore si on met une prothèse en dessous de mon muscle pectoral, est-ce que mes mouvements seront fluides? Ma posture sera-t-elle changée?
- 6 Est-ce que je dois porter des soutiens-gorge spéciaux ou une gaine? Si oui, comment je fais pour m'en procurer? Est-ce remboursé par l'assurance maladie ou mon assurance collective?
- 7 Est-ce que mes deux seins seront identiques de forme et de volume? Les cicatrices sont-elles invisibles?
- 8 La sensibilité du mamelon sera-t-elle encore là?
- 9 Aurais-je besoin d'avoir d'autres opérations plus tard?
- 10 Si je refuse la reconstruction et que je change d'idée après, est-ce que je peux me faire reconstruire par la suite? Est-ce que toutes les mêmes options seront possibles?

## DÉLAIS SELON L'OPTION CHOISIE

Type d'opération	Hospitalisation	Convalescence	Retour aux activités normales
<b>Mastectomie Expanseurs – implants</b> Simple/Double	24 h	4 à 6 semaines	4 à 6 semaines (dépendamment des traitements adjuvants et de la présence ou non de complications)
<b>Mastectomie Lambeau abdominal (DIEP)</b> Simple/Double	2 à 3 jours	6 à 8 semaines	4 à 6 semaines
<b>Mastectomie et Grand dorsal</b> Simple/Double	24 h	4 à 6 semaines	4 à 6 semaines
<b>Mastectomie partielle Redrapage mammaire</b> Simple/Double	Opération d'un jour : pas d'hospitalisation	2 à 4 semaines	2 à 4 semaines



Plusieurs fiches santé et témoignages vidéos sont **disponibles ici** pour vous soutenir dans votre prise de décision.

SOIRÉE  
BRAVOURE

Mes choix sont infinis,  
ma décision est unique