

CHIRURGIE PLASTIQUE, ESTHETIQUE ET RECONSTRUCTRICE  
MICROCHIRURGIE, CHIRURGIE DE LA MAIN



# Clinique Esthétique

L A F A Y E T T E

CENTRE AGRÉÉ  
PAR LA DDASS

21 Rue Lafayette 31000 Toulouse  
T. 05 61 21 99 04 - F. 05 61 13 66 56  
contact@centresthetique.com

 Accès Métro Capitole

## LIPECTOMIE

VENTRE PLAT, TAILLE FINE  
UNE NOUVELLE SILHOUETTE

Ventres lourds flétris, abîmés par les grossesses, les amaigrissements, le manque d'exercice, une alimentation déséquilibrée.

Quatre cas de figure : a chaque cas une technique particulière.

## LA SURCHARGE GRAISSEUSE

Il peut n'exister qu'une surcharge grasseuse, sans excédent cutané, avec une peau élastique et de bons muscles : dans ce cas une liposuction seule est suffisante

## LE TABLIER ABDOMINAL

La peau distendue descend en tablier sur le pubis, souvent infiltrée de graisse avec des muscles relâchés. Il faut retendre la peau par une plastie abdominale, une sorte de lifting du ventre, en enlevant l'excédent cutané, la dégraisser, et resserrer les muscles.

Chez les femmes en surpoids pour mieux resserrer les muscles il est préférable de les faire maigrir avant, afin de diminuer la graisse dans le ventre, par un régime adapté.

## LES MUSCLES RELÂCHÉS

Seuls les muscles sont relâchés, souvent après une grossesse, il n'y a pas de surcharge grasseuse, ni d'excédent de peau. On peut dans ce cas retendre les muscles par voie endoscopique, presque sans cicatrice, avec deux petites ouvertures au niveau du nombril et au niveau du pubis.

## UN VENTRE GLOBULEUX

Avec des petites hanches et de bons muscles comme les hommes : il faut maigrir dans le ventre sinon le ventre restera toujours convexe.

## PRÉPARATION À L'INTERVENTION

- Si vous fumez, il faut arrêter 1 mois avant l'intervention.
- 15 jours avant, il faut arrêter si vous en prenez : aspirine, anti-inflammatoire de synthèse, vitamine E, ginko biloba...
- En cas de surpoids, il faut quand même éviter un régime trop sévère, ce qui peut retentir sur la cicatrisation.
- Si vous toussiez, il vaut mieux remettre l'intervention à plus tard.
- Prévoyez à votre sortie d'être aidée chez vous au moins 3-4 jours.

## LE TABLIER ABDOMINAL

- L'intervention se fait en général sous anesthésie générale, elle demande habituellement 3 jours d'hospitalisation.
- L'incision se fait très basse dans un pli inférieur de l'abdomen au ras du pubis, d'autant plus longue que le ventre est très abîmé, remontant en fer à cheval vers les hanches, le plus souvent dégageant la face externe des cuisses à la manière du maillot brésilien. La cicatrice sera d'autant plus longue que le tablier sera important.
- Une incision est pratiquée autour de l'ombilic pour le libérer.
- Si le tablier est modéré la cicatrice sera plus courte, et le nombril peut être simplement désinséré (à condition toutefois que la distance entre l'ombilic et le pubis soit longue) pour être réinséré plus bas, sans cicatrice..
- Le lambeau cutané-gras est libéré de la paroi musculaire jusqu'aux côtes, les muscles sont resserrés en

les rapprochant sous tension, ceci donne une paroi solide et amincit la taille, le lambeau est dégraisé, son excédent cutané enlevé, le nombril est ressorti comme à travers une boutonnière, faite dans le lambeau. La peau est refermée sur deux drains aspiratifs car la surface de décollement est importante.

## LES SUITES OPÉRATOIRES

- Les drains sont enlevés en général au bout de 48 heures.
- Le lever sera précoce, associé au port de bas de contention
- Un traitement par anti-coagulants pour éviter tout risque de phlébite est commencé le lendemain de l'intervention et sera poursuivi pendant 3 semaines.
- Deux ceintures abdominales sont à porter en permanence pendant un mois surtout si les muscles ont été resserrés. Il faut se souvenir que la période où la suture musculaire est la moins solide se situe entre le 11<sup>ème</sup> et 18<sup>ème</sup> jour.
- Le gonflement : il peut être important.
- Les douleurs sont minimales, mais elles peuvent être plus importantes si on rattache les muscles.
- Vous pourrez vous doucher au 15<sup>ème</sup> jour avec une ceinture abdominale, après la douche vous changerez la ceinture mouillée avec la sèche, en position couchée.
- La guérison est complète lorsque le lambeau est bien accolé au plan profond : 1 mois
- Les points sont enlevés à la 3<sup>ème</sup> semaine.
- Les activités physiques doivent être limitées pendant 2 mois.
- La perte de la sensibilité du ventre est transitoire, mais elle peut perdurer jusqu'à un an.

## LES COMPLICATIONS

- La lymphorrhée ou sérome : accumulation de liquide sous le lambeau, due à des mouvements de torsion qui arrachent les adhérences qui commencent à se former, cela retarde la cicatrisation et demande une ponction presque tous les 2 jours.
- L'infection est rare.
- La phlébite et l'embolie pulmonaire sont à redouter d'où le lever précoce, les bas de contention, les anticoagulants.
- La nécrose cutanée : elle survient surtout chez les fumeurs. Pour l'éviter il faut arrêter de fumer un mois avant l'intervention.

## LES CICATRICES

- Sont moyennes dans 80 % des cas.
- Sont belles dans 10 % des cas.
- Sont laides dans 10 % des cas.
- De toute façon elles sont lentes à se résorber, elles resteront rouges puis rosées pour s'estomper au bout d'un an.
- Si les cicatrices ont tendance à devenir hypertrophiques, elles seront traitées par des patch de silicone.
- Elles pourront demander une révision chirurgicale.

Le ventre reste dur, gonflé, insensible longtemps, surtout si l'intervention s'est compliquée d'un sérome. Pour apprécier sa nouvelle silhouette le plus souvent spectaculaire, ventre plat, ferme, taille affinée il faut attendre souvent 6 mois, 1 an.

## **II -LA SURCHAGE GRAISSEUSE : LA LIPOSUCCION**

Il n'y a qu'un excès de graisse avec de bons muscles et une peau ferme et élastique : c'est l'indication d'une liposuction.

La liposuction abdominale se fait sous rachianesthésie, sur base externe( en ambulatoire ,sans hospitalisation, vous rentrez chez vous le jour même).

Les incisions pour introduire la canule d'aspiration sont négligeables, situées au niveau du pubis et du nombril pour aller chercher la graisse au-dessus de l'ombilic.

Peu douloureuse, légèrement inconfortable mais avec des ecchymoses et souvent un gonflement important.

Le port de la gaine élastique en post-opératoire est impératif de façon continue pendant 8 jours, puis simplement 8 heures par jour jusqu'à ce que le ventre soit complètement dégonflé.

La graisse cicatrise plus vite que la peau mais il faudra attendre 2 à 3 mois pour apprécier le résultat final.

La reprise d'activité se fait à partir du 3<sup>ème</sup> ou 4<sup>ème</sup> jour, vous pouvez faire tout ce que vous voulez, dès l'instant où vous n'avez pas mal.

## **III - LES MUSCLES SONT SEULEMENT RELACHÉS, SANS EXCÉDENT DE PEAU, SANS DEPÔT DE GRAISSE**

C'est l'intérêt d'une endo-abdominoplastie avec resserrement des muscles sous endoscopie.

Cette intervention ne laisse pratiquement pas de cicatrice.

La convalescence est rapide. Le port d'une ceinture abdominale est impératif en continue, jour et nuit, pendant un mois, tout en se souvenant que la période où la suture musculaire est la moins solide c'est entre le 10<sup>ème</sup> et le 21<sup>ème</sup> jour.

- Une hygiène de vie
- Une alimentation équilibrée : pauvre en graisse et en sucre rapide, riche en protéines
- Une activité physique régulière

contribueront à maintenir les résultats, en luttant contre le retour des kilos.

Se souvenir, pour garder un ventre plat : Évitez riz et pommes de terre, privilégiez les épinards, tomates cuites, zucchini, asperges.