

# SOIN DES PLAIES PRÉ- ET POST-OPÉRATOIRES

## COMMENT PRENDRE SOIN DE VOTRE PEAU



Selon les recommandations de la "Société Française et Francophone de Plaies et Cicatrisations" (SFFPC)

La plaie chirurgicale peut être le siège de plusieurs complications après une intervention. Pour éviter une mauvaise évolution, il est important de prendre soin de sa cicatrice. Avant toute manipulation, demandez l'avis de votre professionnel de santé.

## HYGIÈNE PRÉ-OPÉRATOIRE

### RECOMMANDATION



On vous demandera de prendre une douche, l'antiseptique n'est plus recommandé obligatoirement.

### HYGIÈNE



Afin de bien préparer la peau, utiliser un **savon doux** respectueux du pH de la peau ou un **antiseptique**.

## PRENDRE SOIN DE SA CICATRICE

### POURQUOI ?

- ✓ Pour aider à la bonne cicatrisation.
- ✓ Pour éviter une infection du site opératoire.

### QUE FAIRE ?

- ✓ Surveiller sa cicatrice et être attentif à différents symptômes : Rougeur, douleur, œdème, tuméfaction, un écoulement, ouverture de la plaie, des ecchymoses, ...

Contactez immédiatement votre chirurgien, médecin ou infirmière dès que vous constatez un problème sur votre cicatrice.

## HYGIÈNE ET SOIN QUOTIDIEN

### NETTOYER



Utiliser un **gel lavant assainissant** au pH physiologique proche de 5,5, sans parfum ou du sérum physiologique.

#### CONSEIL

L'usage trop fréquent d'un antiseptique doit être évité pour limiter le risque de sensibilisation.

### RÉPARER



Après ablation du pansement et des points et après accord de votre professionnel de santé, appliquer un **baume réparateur** apaisant sans parfum.

#### CONSEIL

Masser 2 fois par jour pendant 10 minutes dès ablation des fils ou agrafes. Pour cela vous pouvez demander les fiches d'auto-massage à votre professionnel de santé.

### PROTÉGER



Éviter au maximum, l'exposition de la cicatrice à la lumière. En cas d'exposition, appliquer une **protection solaire** avec un indice SPF 50+

#### CONSEIL

Renouveler toutes les 2 heures.



SCANNEZ CE QR CODE  
RETROUVEZ TOUTES  
CES RECOMMANDATIONS  
ET ENCORE PLUS DE CONSEILS  
POUR PRENDRE SOIN  
DE VOTRE PEAU