CICATRICE APRÈS CHIRURGIE CARDIAQUE : BONNES PRATIQUES

en collaboration avec le Dr Miarisoa RATSIMANDRESY, Cardiologie congénitale foetale, pédiatrique et adulte, Clinique Pasteur et Manon Crépineau, infirmière en cardiopédiatrie/ETP

Les avancées chirurgicales permettent aujourd'hui d'avoir de "belles" cicatrices, à la fois plus petites et moins visibles qu'auparavant. Cependant, la cicatrisation n'est pas la même d'un patient à l'autre, en particulier en fonction du nombre d'interventions ou des suites post-opératoires.

Chaque patient a son propre ressenti vis-à-vis de sa cicatrice et se construit avec.

RECOMMANDATIONS EN POST-OPÉRATOIRE

De retour à la maison après l'opération, pour bien cicatriser, veillez à ce que la cicatrice reste propre, sèche et non-inflammatoire.

- Nettoyez-la tous les jours seulement à l'eau et au savon doux, de haut en bas et de façon circulaire, avec un gant de toilette ou une compresse propre (n'utilisez jamais vos doigts).
- Séchez-la avec une serviette propre en tapotant de haut en bas sans repasser dessus.
- Laissez-la au maximum à l'air libre.

SYMPTÔMES D'ALERTE

- Écoulement ou rougeur inhabituelle
- Gonflement ou hématome
- "Ré-ouverture" de la cicatrice
- Douleurs persistantes malgré la prise d'anti-douleurs
- Fièvre qui dépasse les 38°C ou frissons

→ **CONTACTER RAPIDEMENT LE CARDIOLOGUE**

Par la suite:

LE BAIN



Pendant 1 mois :

Bain avec très peu d'eau sans immerger la cicatrice, ou douche

Pendant 2 mois :

Pas de piscine ni de bain de mer

LES SOINS



Au bout d'1 mois :

Quand la cicatrice est refermée, hydratation et massage avec une pommade cicatrisante de type Cicalfate ou Cicaplast.

LE SOLEIL



Pendant 2 ans :

Pas d'exposition de la cicatrice au soleil

Crème solaire indice 50 (pensez aux sticks pratiques en format pocket)

Port d'un t-shirt anti-UV

Si la cicatrice est plane, blanche, fine, souple, indolore et dite non pathologique, il n'y a rien à faire de plus !

Dans la majorité des cas, tout se passe bien. Mais dans certains cas, lors du processus cicatriciel, il peut y avoir une réponse anormalement excessive du tissu cutané, à l'origine d'un épaississement de l'épiderme. Ces cicatrices, inflammatoires, colorées, dures et boursouflées, sont considérées comme pathologiques.

LES CICATRICES PATHOLOGIQUES

- **Les cicatrices hypertrophiques**

restent dans les limites de la plaie et disparaissent en 12 à 18 mois.

- **Les cicatrices chéloïdes**

persistent au-delà de 18 mois, peuvent s'étendre autour de la plaie et ne régressent pas spontanément. Il existe cependant divers traitements pour les atténuer.
Ces cicatrices sont plus fréquentes chez les patients à peau mate.

Traitement des cicatrices pathologiques



Application de pansements siliconés et/ou port de vêtements compressifs

La compression permet d'aplanir certaines cicatrices hypertrophiques et chéloïdes :
- pansements siliconés (gel type Kelo-cote®, pansement type Mepiform ou Cicacare)
- vêtement compressif sur-mesure (coûteux - à commander en pharmacie)



Injection de corticoïdes

Pour rendre une cicatrice moins visible, un dermatologue peut effectuer des injections de corticoïdes à action "retard" (dont l'action perdure dans le temps), espacées de 3 à 6 semaines. L'injection est réalisée après l'application d'une crème anesthésiante, à l'aide d'une micro-seringue ou d'un dispositif appelé "dermojet", sorte de seringue sans aiguille.
Le dermatologue applique ensuite un pansement compressif.

Massokinésithérapie

Cette technique de kinésithérapie, qui associe drainage lymphatique manuel, palper-rouler et application de pression douce, peut aider à atténuer les cicatrices en drainant l'œdème, diminuant les adhérences et améliorant la souplesse de la peau.



Endermologie (LPG) ou Vacuothérapie (ventouses)

Les propriétés drainantes et défibrosantes de ces techniques permettent d'intervenir de manière précoce et indolore sur toutes les cicatrices :
- cicatrices chirurgicales ou traumatiques
- cicatrices récentes présentant encore des signes d'inflammation
- cicatrices anciennes

Chirurgie pour reprise de cicatrice

Si ces traitements se révèlent insuffisants et/ou si la cicatrice est trop volumineuse, il est possible de réopérer pour réduire chirurgicalement la taille de la cicatrice. Cependant, il existe souvent un risque de récidive.

Certains traitements peuvent être utilisés conjointement pour obtenir un meilleur résultat.

Informations complémentaires : macicatrice.fr

Crédit photos @antoinedominique