DR AFSHIN YOUSEFPOUR
Chirurgie Plastic du Visage
Chirurgie Maxillo-Faciale

Consignes après une blépharoplastie

Ces consignes vous accompagnent pendant les semaines qui suivent l'opération des paupières, supérieures ou inférieures. Elles vous aident à limiter le gonflement, à protéger vos yeux et à reconnaître les rares signes qui demandent une réaction immédiate. Elles complètent le protocole personnalisé remis par le Dr Yousefpour.

Ce qui est normal

- Un gonflement et des bleus qui atteignent leur maximum entre 48 et 72 heures, parfois plus marqués d'un côté et qui peuvent descendre vers les joues. Ils disparaissent en général en 7 à 15 jours.
- Un léger suintement des incisions les 1 à 2 premiers jours.
- Des yeux qui pleurent, une sensibilité à la lumière et une sécheresse des yeux, passagères.
- Des yeux qui ne se ferment pas complètement les premiers jours.
- Une vision un peu floue après l'application de pommade dans l'œil.
- Une sensation de tension des paupières, peu douloureuse.

Après l'opération, étape par étape

Quand	Ce qu'il faut faire
Les 48 premières heures	Compresses froides 20 minutes toutes les heures en journée : sachet de petits pois surgelés, poche de gel froid ou compresses trempées dans de l'eau glacée, toujours avec un linge fin entre le froid et la peau. Arrêtez le froid après 48 heures.
La première semaine	Gardez la tête surélevée, le jour comme la nuit (deux oreillers). Ne dormez pas sur le visage. Ne vous frottez pas les yeux.
Jusqu'au retrait des fils	Appliquez la pommade prescrite sur les incisions deux fois par jour avec un coton-tige, sauf si elles sont couvertes de petites bandes adhésives. Larmes artificielles 3 à 4 fois par jour, ou pommade dans l'œil le soir si elle vous a été prescrite. Ne grattez pas les croûtes.
Contre la douleur	Antidouleurs simples (paracétamol) comme prescrits. Pas d'aspirine ni d'ibuprofène sans accord, car ils favorisent les saignements. Reprenez un anticoagulant uniquement selon le protocole remis.
Après 24 heures	La douche est possible. Évitez l'eau et le savon directement sur les incisions ; lavez les cheveux la tête penchée en arrière.
Après 48 heures	Vous pouvez reprendre la conduite si vous voyez bien et ne prenez plus de calmant. Lecture et écrans sont possibles en faisant des pauses, avec des larmes artificielles si vos yeux sont secs.

Quand	Ce qu'il faut faire
Pendant 1 semaine	Ne vous penchez pas, ne portez pas de charges lourdes, pas de sport ni d'efforts qui font monter la tension. La marche est possible dès le 3e jour. Évitez la poussière ; à l'extérieur, portez de grandes lunettes de soleil.
Vers le 6e-7e jour	Retrait des fils au cabinet. Les lunettes de soleil masquent les bleus restants ; l'éviction sociale dure en général 7 à 10 jours.
Après 10 à 14 jours	Les lentilles de contact sont possibles, pas avant 10 jours. Le maquillage des yeux est possible après 2 semaines, une fois les incisions bien fermées.
Après 2 à 3 semaines	Reprise progressive du sport intense, de la piscine, du sauna et du hammam.
Six semaines	Contrôle au cabinet : le résultat est quasi définitif. La cicatrice termine sa maturation entre trois et six mois.

Contactez le Dr Yousefpour le jour même si

- vous avez de la fièvre, ou un écoulement jaune ou vert au niveau d'une incision ;
- le gonflement, la rougeur ou la douleur augmentent après le 3e jour au lieu de diminuer ;
- une incision s'ouvre ;
- un œil devient rouge, douloureux, avec un écoulement, ou reste très irrité malgré les larmes artificielles ;
- vous toussez ou vomissez beaucoup, car ces efforts favorisent les saignements.

Les semaines et les mois suivants

- La cicatrice reste rosée quelques semaines, puis s'estompe. Protégez-la du soleil.
- Une légère asymétrie peut être visible pendant que le gonflement se résorbe ; elle se juge à partir de six semaines.
- Si vous souhaitez traiter les pattes d'oie par toxine botulique, la séance se fait 6 semaines après la blépharoplastie.
- La cicatrisation définitive est atteinte en 12 à 18 mois : aucune retouche n'est envisagée avant ce délai.

Avant l'opération

- Arrêtez le tabac, qui ralentit la cicatrisation.
- Signalez tous vos médicaments et compléments. L'aspirine, les anticoagulants et les antiagrégants sont arrêtés seulement selon le protocole remis et avec l'accord du médecin qui les prescrit.
- Si vous avez de l'hypertension, prenez votre traitement comme d'habitude : une tension bien contrôlée limite le risque d'hématome.

- Prévoyez une personne pour vous raccompagner, des compresses froides ou des petits pois surgelés, des oreillers et des lunettes de soleil.
- Organisez votre congé : une blépharoplastie purement esthétique ne donne pas droit à un certificat d'incapacité de travail.

Urgence : allez immédiatement aux urgences si

L'hématome derrière l'œil est exceptionnel, mais il menace la vue et doit être traité dans les deux heures. Il apparaît le plus souvent dans les 24 premières heures.

- Une douleur intense et croissante dans l'œil ou derrière l'œil, d'un seul côté.
- Un œil qui devient bombé, des paupières très tendues et dures, ou l'impossibilité d'ouvrir l'œil.
- Une baisse de la vision, une vision floue qui ne s'améliore pas en clignant, ou une vision double.
- Des nausées ou des vomissements associés à une douleur de l'œil.
- Un saignement qui continue malgré une pression ferme avec une compresse pendant 10 minutes.

Appelez le 112 ou rendez-vous aux urgences sans attendre une réponse du Dr Yousefpour sur WhatsApp, puis prévenez-le dès que possible.

Ces consignes sont une information générale. Le protocole personnalisé remis par le Dr Yousefpour au cabinet prime toujours. Pour toute question non urgente, écrivez au Dr Yousefpour par WhatsApp.

Contact

Face Clinic, 406 Chaussée de Bruxelles, 1410 Waterloo
Message WhatsApp au Dr Yousefpour : +32 491 07 04 32
En cas d'urgence : 112
www.faceexpert.be