

Décision 1 Quelle suite donner à votre mastectomie ?

Comparer vos options pour donner suite à votre mastectomie

Si vous n'avez pas encore eu votre mastectomie, ce tableau vous permet de comparer les trois options qui s'offrent à vous pour choisir quelle suite donner à votre mastectomie.

→ **Faire une reconstruction chirurgicale d'un volume mammaire**

Si votre choix se porte sur cette option, parlez-en à votre chirurgien. Il pourra parfois vous proposer de démarrer une reconstruction d'un volume mammaire le jour même de votre mastectomie (reconstruction dite « immédiate »), si cela est médicalement possible. Dans les autres cas (reconstruction différée), il gardera la peau nécessaire pour envisager la reconstruction ultérieurement.

→ **Garder un buste plat du côté du sein retiré**

Si votre choix se porte sur cette option, parlez-en à votre chirurgien avant la mastectomie. Il pourra en tenir compte lors de la mastectomie et parfois y associer certains gestes chirurgicaux, afin de proposer une fermeture aussi lisse que possible et sans excès de peau.

→ **Vous hésitez ou vous souhaitez reporter votre décision après la mastectomie**

- Reporter votre décision après la mastectomie vous permet de mûrir votre décision.
- Après votre mastectomie, vous pourrez décider de rester comme vous êtes, de retrouver un volume mammaire ou d'améliorer le confort et l'esthétique de votre buste à plat.
- Toutefois, une reconstruction mammaire immédiate ne sera plus possible si elle était médicalement envisageable.

Si vous avez déjà eu votre mastectomie, seules les deux premières colonnes vous concernent (« Faire une reconstruction chirurgicale d'un volume mammaire » ou « Garder le buste plat du côté du sein retiré »).

Faire une reconstruction chirurgicale d'un volume mammaire

Garder un buste plat du côté du sein retiré

Hésiter ou reporter sa décision après la mastectomie

De quoi s'agit-il ?

- Le chirurgien utilise :
 - soit une prothèse qu'il place dans votre corps (prothèse mammaire interne ou implant mammaire) ;
 - soit votre propre peau et graisse ou muscle d'un autre endroit du corps qu'il positionne à l'endroit du sein retiré.
- Au moment de la mastectomie**, dans certaines situations médicales, la reconstruction du volume mammaire peut débuter le jour de la mastectomie (**reconstruction mammaire immédiate**).
- Dans les autres cas, la totalité du sein est retirée avec l'aréole et le mamelon. Votre buste sera asymétrique dans un premier temps (mastectomie totale d'un côté) ou symétrique et plat si vos deux seins sont retirés. La reconstruction aura lieu dans un deuxième temps (**reconstruction mammaire différée**).

- Au moment de la mastectomie**, le chirurgien retire la totalité du sein avec l'aréole et le mamelon et referme de manière aussi lisse que possible et sans excès de peau.
- Votre buste sera asymétrique et plus ou moins plat selon votre morphologie et la nécessité ou non d'intervenir sur vos ganglions.
- Votre buste sera symétrique et plat si vos deux seins sont retirés.
- Après la mastectomie**, le chirurgien peut réaliser des retouches* pour améliorer le confort et le rendu esthétique de votre buste plat.

- Si vous hésitez ou si vous souhaitez reporter votre décision, le chirurgien réalise uniquement la mastectomie : la totalité du sein est retirée avec l'aréole et le mamelon.
- Votre buste sera asymétrique (à plat du côté du sein retiré) ou symétrique et plat (si vos deux seins sont retirés).
- Votre buste sera plus ou moins plat selon votre morphologie.

Est-ce que je vais pouvoir garder mon aréole et la peau de mon sein retiré ?

- Si la reconstruction est immédiate, la peau et parfois le mamelon et l'aréole peuvent être conservés. Cela dépend du type de cancer que vous avez. Cela sera à discuter avec l'équipe chirurgicale.
- Si la reconstruction est différée, tout le sein est retiré avec l'aréole et le mamelon.

- Il peut rester un peu de peau ou de graisse excédentaire qui peut former un bourrelet.

- Il peut rester un peu de peau ou de graisse excédentaire qui peut former un bourrelet.

* Lors de l'option « garder le buste plat », les « gestes associés » à la mastectomie ou les « retouches chirurgicales » après la mastectomie (aussi appelées « retouches de paroi ») peuvent être :

- un lipomodelage (ou *lipofilling*) ou comblement de rétraction de paroi : le chirurgien vous injecte de la graisse provenant d'un autre endroit de votre corps. Cela permet par exemple d'assouplir la cicatrice ;
- une exérèse ou excision superficielle de peau : le chirurgien retire par exemple de la peau excédentaire ou une cicatrice disgracieuse.

	Faire une reconstruction chirurgicale d'un volume mammaire	Garder un buste plat du côté du sein retiré	Hésiter ou reporter sa décision après la mastectomie
Quelle sera mon apparence après avoir quitté la salle d'opération le jour de la mastectomie ?	• Si la reconstruction est immédiate vous aurez un volume à la place du sein ou des seins retiré(s) et vous aurez parfois des drains. • Si la reconstruction est différée, votre thorax sera plat d'un côté (ou des deux côtés, si vos deux seins sont retirés). Vous aurez parfois des drains.	• Votre thorax sera plat d'un côté (ou des deux côtés, si vos deux seins sont retirés). • Vous aurez parfois des drains.	• Votre thorax sera plat du côté du sein retiré ou des deux côtés si vos deux seins sont retirés. • Vous aurez parfois des drains.
De combien d'opérations aurai-je besoin en plus de la mastectomie ?	• Cette reconstruction chirurgicale nécessite en général trois opérations (parfois moins et parfois plus). Ces opérations peuvent dans certains cas commencer en même temps que la mastectomie, ce qui limite le nombre d'opérations (reconstruction immédiate).	• Aucune si le résultat vous satisfait après la cicatrisation de la mastectomie. • Si le résultat ne vous satisfait pas après la mastectomie, des retouches* peuvent être réalisées dans un deuxième temps, soit en une seule opération, soit en plusieurs.	• Vous n'aurez aucune opération en plus de la mastectomie tant que vous n'aurez pas finalisé votre choix définitif concernant la reconstruction. • La mastectomie totale se fait en une seule opération.
Combien de temps prend la première opération ?	• 2 à 6 heures suivant la technique utilisée en cas de mastectomie avec reconstruction mammaire immédiate. • Le temps d'une mastectomie totale (moins d'une heure) en cas de reconstruction différée.	• Si au cours de votre mastectomie le chirurgien associe des gestes spécifiques*, l'opération peut prendre plus de temps que pour une mastectomie totale seule.	• Le temps d'une mastectomie totale (moins d'une heure).
Où devrai-je aller pour cette option ?	• Certaines techniques demandent l'intervention de deux chirurgiens, dont un formé à la microchirurgie, ainsi que des équipements spécifiques. • Par conséquent, selon la technique que vous choisirez, vous devrez parfois changer d'hôpital ou de clinique pour trouver l'établissement qui la réalise.	• Vous devrez parfois changer d'hôpital ou de clinique si des gestes associés nécessitant des équipements spécifiques peuvent vous être proposés.	• Vous n'aurez pas à rechercher un autre hôpital (ou une autre clinique) que celui qui réalise la mastectomie.

* Lors de l'option « garder le buste plat », les « gestes associés » à la mastectomie ou les « retouches chirurgicales » après la mastectomie (aussi appelées « retouches de paroi ») peuvent être :

- un lipomodelage (ou *lipofilling*) ou comblement de rétraction de paroi : le chirurgien vous injecte de la graisse provenant d'un autre endroit de votre corps. Cela permet par exemple d'assouplir la cicatrice ;
- une exérèse ou excision superficielle de peau : le chirurgien retire par exemple de la peau excédentaire ou une cicatrice disgracieuse.

Faire une reconstruction chirurgicale d'un volume mammaire

Garder un buste plat du côté du sein retiré

Hésiter ou reporter sa décision après la mastectomie

Combien de temps faut-il pour se rétablir ?

- En général, lors d'une reconstruction immédiate, vous serez à l'hôpital entre 2 et 7 jours et pourrez retourner travailler environ 4 à 8 semaines après en l'absence de traitements complémentaires.
- Lors d'une reconstruction différée, vous serez en plus hospitalisée pour la mastectomie : en général, vous serez à l'hôpital ou à la clinique pendant 1 à 3 journées et pourrez retourner travailler environ 4 semaines après (en l'absence de traitements complémentaires).

- **Au moment de la mastectomie**, le temps qu'il vous faudra pour vous rétablir sera le même que pour une mastectomie seule.
- En général, vous serez à l'hôpital ou à la clinique pendant 1 à 3 journées et pourrez retourner travailler environ 4 semaines après (en l'absence de traitements complémentaires).
- **Après la mastectomie**, le rétablissement après des retouches dépend de la nature des gestes pratiqués*.

- Le temps d'une mastectomie totale.
- En général, vous serez à l'hôpital pendant 1 à 3 journées et pourrez retourner travailler environ 4 semaines après (en l'absence de traitements complémentaires).

Quels sont les risques de la mastectomie ?

- Les risques sont ceux de la mastectomie totale : hématomes, infection, séromes à répétition.
- Un sérome est une accumulation de sang ou de lymphes dans un tissu ou un organe qui peut se produire après une opération.

Quels sont les risques spécifiques selon l'option choisie ?

- En plus des risques liés à la mastectomie (voir ci-dessus), il y a des risques d'infection et des risques d'échec plus ou moins fréquents selon la technique que vous choisissez, et des risques de troubles de la cicatrisation.
- Renseignez-vous auprès de votre équipe médicale ou consultez les fiches d'information de la Société française de chirurgie plastique reconstructrice et esthétique (SofCPRE).

- En plus des risques liés à la mastectomie (voir ci-dessus), des risques spécifiques sont liés aux gestes pratiqués*, par exemple des troubles de la cicatrisation et des ecchymoses (bleus).

- En plus des risques liés à la mastectomie (voir ci-dessus), le risque principal si vous hésitez est de ne pas pouvoir garder votre peau, votre aréole et votre mamelon si votre situation médicale vous permet de faire une reconstruction immédiate d'un volume mammaire.
- Si vous hésitez, le chirurgien peut également garder un peu plus de peau pour faciliter une reconstruction en volume différée. Cela est jugé disgracieux par certaines femmes, surtout si elles décident ensuite de garder le buste plat. Une deuxième intervention serait alors nécessaire pour retirer ces excès de peau.

* Lors de l'option « garder le buste plat », les « gestes associés » à la mastectomie ou les « retouches chirurgicales » après la mastectomie (aussi appelées « retouches de paroi ») peuvent être :

- un lipomodelage (ou *lipofilling*) ou comblement de rétraction de paroi : le chirurgien vous injecte de la graisse provenant d'un autre endroit de votre corps. Cela permet par exemple d'assouplir la cicatrice ;
- une exérèse ou excision superficielle de peau : le chirurgien retire par exemple de la peau excédentaire ou une cicatrice disgracieuse.

	Faire une reconstruction chirurgicale d'un volume mammaire	Garder un buste plat du côté du sein retiré	Hésiter ou reporter sa décision après la mastectomie
Est-ce que j'aurai mal ?	- Les douleurs physiques seront liées à la mastectomie. - Des douleurs liées à la reconstruction sont également possibles. Elles sont très variables d'une personne à l'autre et sont calmées par des médicaments antidouleur.	- Les douleurs physiques seront liées à la mastectomie. - Des douleurs liées aux gestes chirurgicaux associés* sont également possibles. - Elles sont très variables d'une personne à l'autre et sont calmées par des médicaments antidouleur.	- Les douleurs physiques seront liées à la mastectomie. - Elles sont très variables d'une personne à l'autre et sont calmées par des médicaments antidouleur.
Pourrai-je utiliser une prothèse externe ?	En attendant votre intervention de reconstruction d'un volume mammaire différée, vous pouvez porter une prothèse externe (amovible) dans le soutien-gorge après cicatrisation.	Vous pouvez parfois souhaiter porter une prothèse externe (amovible) dans le soutien-gorge. Cela est possible d'un côté ou des deux côtés après cicatrisation.	Vous pouvez porter une prothèse externe (amovible) dans le soutien-gorge après cicatrisation.
Est-ce que cela va me coûter de l'argent ?	- Les opérations de reconstruction sont prises en charge à 100 % sur la base des tarifs de la Sécurité sociale. - Certains chirurgiens ou anesthésistes appliquent des dépassements d'honoraires. - Des coûts peuvent être liés aux conditions d'hébergement (chambre seule, etc.). - Renseignez-vous et demandez un devis avant toute opération. - Si vous souhaitez porter une prothèse externe en attendant votre reconstruction, la lingerie spécifique pour la porter n'est pas remboursée par la Sécurité sociale.	- Si vous le demandez en même temps que la mastectomie, les coûts sont ceux de la mastectomie totale et des gestes associés* qui sont pris en charge à 100 % sur la base des tarifs de la Sécurité sociale. - Si vous demandez des retouches après la mastectomie, certains gestes chirurgicaux peuvent ne pas être pris en charge par la Sécurité sociale. - Certains chirurgiens ou anesthésistes appliquent des dépassements d'honoraires. Des coûts peuvent être liés aux conditions d'hébergement (chambre seule, etc.).	- Il n'y a pas de coût spécifique lié à ce choix. Les coûts sont ceux de la mastectomie totale qui est prise en charge à 100 % sur la base des tarifs de la Sécurité sociale. Des coûts peuvent être liés aux conditions d'hébergement (chambre seule, etc.). - Si vous souhaitez porter une prothèse externe, la lingerie spécifique pour la porter n'est pas remboursée par la Sécurité sociale. - Demandez à votre mutuelle si elle propose un remboursement ou un forfait pour couvrir ces frais.

* Lors de l'option « garder le buste plat », les « gestes associés » à la mastectomie ou les « retouches chirurgicales » après la mastectomie (aussi appelées « retouches de paroi ») peuvent être :

- un lipomodelage (ou *lipofilling*) ou comblement de rétraction de paroi : le chirurgien vous injecte de la graisse provenant d'un autre endroit de votre corps. Cela permet par exemple d'assouplir la cicatrice ;
- une exérèse ou excision superficielle de peau : le chirurgien retire par exemple de la peau excédentaire ou une cicatrice disgracieuse.

	Faire une reconstruction chirurgicale d'un volume mammaire	Garder un buste plat du côté du sein retiré	Hésiter ou reporter sa décision après la mastectomie
Est-ce que cela va me coûter de l'argent ? (suite)	• Demandez à votre mutuelle si elle propose un remboursement ou un forfait pour couvrir ces frais.	• Renseignez-vous auprès de votre équipe de soins et demandez un devis. • Si vous souhaitez porter une prothèse externe, la lingerie spécifique pour la porter n'est pas remboursée par la Sécurité sociale. • Demandez à votre mutuelle si elle propose un remboursement ou un forfait pour couvrir ces frais.	• Renseignez-vous et demandez un devis avant toute opération.
Puis-je changer d'avis ?	• Oui. Vous pourrez envisager une autre technique de reconstruction ou faire retirer le volume mammaire reconstruit et rester le buste plat. • Vous garderez dans les deux cas les traces des interventions précédentes.	• Oui. Une reconstruction d'un volume mammaire est toujours possible mais elle peut être plus complexe et vous pouvez avoir une cicatrice plus longue.	• Oui. Cependant vous ne pourrez pas garder votre aréole et votre mamelon. • Vous ne pourrez pas débiter votre reconstruction mammaire le jour de la mastectomie si votre situation médicale le permet. • Reportez-vous à la fiche « Vous êtes encore indécise ? Vous pouvez décider après la mastectomie – Avantages/inconvénients ».
Est-ce que le cancer peut revenir ?	• Cela dépend du type de cancer et non de la reconstruction.		
Quelles sont les limitations physiques ?	• Les limitations physiques (difficultés à lever les bras, à porter, à conduire, etc.) sont variables en fonction de la technique et de votre organisme.	• Il peut y avoir des limitations physiques liées à la cicatrisation de la mastectomie (cicatrices rigides, appelées « cordes », peau peu mobile sur le thorax, appelée « adhérences »).	• Il peut y avoir des limitations physiques liées à la cicatrisation de la mastectomie (cicatrices rigides, appelées « cordes », peau peu mobile sur le thorax, appelée « adhérences »).

	Faire une reconstruction chirurgicale d'un volume mammaire	Garder un buste plat du côté du sein retiré	Hésiter ou reporter sa décision après la mastectomie
Pourrai-je refaire du sport ?	• Oui, mais plus difficilement pour le sport de haut niveau, notamment si des muscles ont été utilisés pour refaire un volume mammaire. Une rééducation par un kinésithérapeute est parfois nécessaire.	• Oui.	• Oui.
Quelles seront mes cicatrices ?	• Cela dépend de la technique choisie : si vous utilisez vos propres tissus, vous aurez des cicatrices supplémentaires. • La qualité de la cicatrisation est individuelle.	• Vous n'aurez qu'une seule cicatrice mais plus longue que pour une mastectomie totale. Son aspect peut être discuté avec votre chirurgien dès la mastectomie. Une finition plate est recherchée. • Après la mastectomie, des « retouches chirurgicales » sont possibles pour améliorer son aspect et votre confort. • La qualité de la cicatrisation est individuelle.	• Vous n'aurez qu'une seule cicatrice, celle faite pour retirer le sein. • La qualité de la cicatrisation est individuelle.
Comment vais-je pouvoir m'habiller ?	• Une fois le volume reconstruit, vous pourrez vous habiller comme vous le souhaitez. • En attendant votre reconstruction en volume, vous pouvez si vous le souhaitez porter une prothèse externe dès votre cicatrisation.	• Certaines personnes jugent plus difficile de s'habiller lorsque leur poitrine est asymétrique. • Il existe des vêtements asymétriques (lingerie, maillot de bain, etc.). • Vous pouvez si vous le souhaitez porter une prothèse externe dès votre cicatrisation.	• Certaines personnes jugent plus difficile de s'habiller lorsque leur poitrine est asymétrique. • Il existe des vêtements asymétriques (lingerie, maillot de bain, etc.). • En attendant d'avoir fait votre choix et si vous le souhaitez, vous pourrez porter une prothèse externe dès votre cicatrisation.

Pour vous aider à faire le choix
qui convient à votre situation
personnelle, rendez-vous sur
www.has.sante.fr

