



Convalescence après un lifting des seins en Suisse

Description

1. Qu'est-ce qu'un lifting des seins exactement ?

C'est une intervention qui remonte les seins tombants (ptoses), retend la peau et repositionne l'aréole, sans nécessairement augmenter le volume. Le but est d'obtenir une poitrine ferme, symétrique et mieux galbée.

2. Est-ce que le lifting des seins augmente le volume ?

Non, le lifting remet en forme mais n'ajoute pas de volume.
Pour une augmentation, il faut ajouter des implants ou de la graisse (lipofilling).

3. Quand un lifting est-il recommandé ?

Il est indiqué lorsque :

- Les seins tombent ou manquent de fermeté.
 - L'aréole pointe vers le bas.
 - La peau est distendue après grossesse, perte de poids ou vieillissement.
 - Le soutien-gorge ne remplit plus correctement le haut du sein.
-

4. À partir de quel âge peut-on faire un lifting des seins ?

En général à partir de 18 ans, lorsque le développement mammaire est terminé.
Il n'y a pas d'âge maximum tant que l'état de santé le permet.

***Il faut entretenir la vigueur du corps, pour conserver celle de l'  esprit.
Vauvenargues***

5. Est-ce qu'un lifting des seins laisse des cicatrices ?

Oui, mais leur emplacement dépend de la technique :

- Autour de l'  ar  ole (péri-aréolaire)
- Autour de l'  ar  ole + verticale (vertical)
- Autour de l'  ar  ole + verticale + horizontale sous le sein (T inversé)

Elles s'  estompent progressivement sur 12 mois.

6. Les cicatrices deviennent-elles invisibles ?

Elles s'éclaircissent beaucoup et deviennent fines, mais ne disparaissent jamais totalement. Elles sont souvent très discrètes au bout d'  un an.

7. Combien de temps dure la convalescence ?

La convalescence complète dure environ **6    8 semaines**, mais le résultat final s'  observe après **12 mois**.

8. Est-ce douloureux ?

La plupart des patientes décrivent des tiraillements plutôt que de vraies douleurs. Les antalgiques prescrits suffisent dans presque tous les cas.

9. Quand pourrai-je conduire ?

En général après 10    15 jours, dès que lever les bras et tourner le volant ne provoque plus de tension.

10. Quand pourrai-je reprendre le travail ?

- Travail de bureau : entre J+7 et J+14
 - Travail physique : 3    4 semaines minimum
-

11. Quand pourrai-je reprendre le sport ?

- Marche rapide : après 2 semaines
 - Sport sans impact : 4 semaines
 - Natation, course, musculation pectoraux : 6 à 8 semaines
-

12. Vais-je perdre de la sensibilité aux mamelons ?

Oui, une baisse temporaire est fréquente.

La sensibilité revient progressivement sur plusieurs semaines ou mois.

13. Est-ce que le lifting affecte l'allaitement ?

En général non, car les canaux mammaires ne sont pas sectionnés.
Mais ce n'est jamais garanti à 100 %.

14. Puis-je faire un lifting avant une grossesse ?

Oui, mais sache que :

- Une grossesse peut altérer le résultat (ptase secondaire).
 - Mieux vaut prévoir un lifting idéalement **après** la dernière grossesse.
-

15. Combien de temps les résultats durent-ils ?

Plusieurs années.

La durée dépend de :

- la qualité de la peau,
 - les variations de poids,
 - les grossesses,
 - le vieillissement naturel.
-

16. Mes seins peuvent-ils retomber à nouveau ?

Oui, mais rarement de manière importante.

Le résultat reste stable si le poids et le mode de vie sont constants.

17. Peut-on associer un lifting à une augmentation mammaire ?

Oui.
Câ??est frÃ©quent si le sein manque de volume dans le haut.
On peut associer :

- implants,
 - lipofilling,
selon les objectifs.
-

18. Quand pourrai-je porter un soutien-gorge normal ?

GÃ©nÃ©ralement aprÃ©s 6 Ã 8 semaines.
Avant cela, il faut un soutien-gorge de contention jour et nuit.

19. Que faire si mes seins semblent asymÃ©triques pendant la convalescence ?

Câ??est trÃ©s courant au dÃ©but.
Lâ??asymÃ©trie se corrige en grande partie au cours des 3 Ã 6 premiers mois.

20. Mes seins sont trÃ©s hauts aprÃ©s lâ??opÃ©ration, est-ce normal ?

Oui.
Le positionnement est volontairement un peu haut :
les seins â??descendentâ?• naturellement sur 2 Ã 3 mois.

21. Quand les cicatrices commencent-elles Ã sâ??Ã©claircir ?

Entre le 2^{mu}? et le 6^{mu}? mois, puis elles blanchissent jusquâ??Ã 12 mois.

22. Y a-t-il des risques ou complications ?

Comme pour toute chirurgie :

- hÃ©matome,
 - infection,
 - mauvaise cicatrisation,
 - baisse de sensibilitÃ©,
 - lÃ©gÃ©re asymÃ©trie,
 - nÃ©crose partielle de lâ??arÃ©ole (rare).
-

23. Le tabac est-il un problÃ©me pour cette chirurgie ?

Oui, le tabac augmente le risque de :

- mauvaise cicatrisation,
- cicatrices Ã©paisses,
- nÃ©crose cutanÃ©e.

Il faut arrÃªter idÃ©alement 4 semaines avant et aprÃªs.

24. Quand pourrai-je dormir sur le cÃ´tÃ© ?

AprÃªs environ 3 Ã 4 semaines, une fois les tensions diminuÃ©es.

25. Les implants rendent-ils la convalescence plus longue ?

Oui :

- Plus de tension.
- Plus de gonflement.
- Reprise du sport un peu plus tardive.

default watermark

26. Que se passe-t-il si je perds beaucoup de poids aprÃªs un lifting ?

Tu risques d'Ãªtre nouveau une lÃ©gÃ¨re ptÃ©se.
Le rÃ©sultat est meilleur si le poids reste stable.

27. Ã quoi ressemble un sein juste aprÃªs l'opÃ©ration ?

- Haut du sein trÃªs tendu
 - Bas du sein encore Ã©vidÃ©
 - ArÃ©ole lÃ©gÃ¨rement surÃ©levÃ©e
 - Aspect non naturel pendant 2 Ã 4 semaines
C'est temporaire.
-

28. Dois-je masser mes cicatrices ?

Uniquement si le chirurgien te l'autorise.
Certains recommandent les massages, d'autres non.

29. Quand pourrai-je m'exposer au soleil ?

Pas avant 12 mois au niveau des cicatrices.
Même avec crème solaire, elles doivent être protégées.

30. Le lifting peut-il être remboursé ?

En général, **non**, car il s'agit d'une [intervention esthétique](#).
Exception rare : prise en charge avec symptômes physiques.

31. Comment maximiser le résultat final ?

- Respect total des consignes post-opératoires
 - Maintien du poids
 - Porter le bon soutien-gorge
 - Zéro tabac
 - Massages si prescrits
 - Aucune traction ou choc sur le sein pendant 6 semaines
-

Lire <https://www.tobalem.com/traitements/lifting-mammaire-ou-mastopexie/> pour en savoir plus !

Categorie

1. Chirurgie esthétique

Date

2026/04/12

date création

2025/11/25

Auteur

blogueur