



Du **XXS** au **4XL**
 MODULABLE ET
 FONCTIONNELLE
LA MODE POUR TOUTES
D'ALBER ELBAZ

BELLE
 À TOUT
 ÂGE!

SOINS DERMATO,
 MÉDECINE ESTHÉTIQUE
TOUTES
LES SOLUTIONS
POUR RETROUVER
SON ÉCLAT
 + NOS TÉMOIGNAGES
 AVANT-APRÈS

INCESTE
 ENQUÊTE
 SUR CES MÈRES
 QUI LAISSENT
 FAIRE

SOCIÉTÉ
ÊTES-VOUS PRÊT(E)
À RENCONTRER
QUELQU'UN ?
 ÉLOGE DE L'AVENTURE
 AMOUREUSE
 PAR CHARLES PÉPIN

Carole
BOUQUET
 ÉTONNANTE DANS
 LA SÉRIE ÉVÈNEMENT
 « EN THÉRAPIE »

L 14149 - 3919 - F: 2,50 €



HEBDOMADAIRE 29 JANVIER 2021 FRANCE METROPOLITAINE 2,50 € A : 5 € / AND : 3 € / BEL : 2,90 € /
 CAN \$: 6,50 CND / CH : 4,60 FS / D : 5 € / ESP : 4 € / GR : 5 € / IT : 4 € / LUX : 2,90 € / MAR : 40 MAD / NL : 5,20 € / PORT : 4 € / TUN : 10 TND /
 ANTILLES A : 6 € / GUYS : 5 € / REUNION A : 7 € / POLY A : 1700 XPF / POLY S : 550 XPF / N.CALA : 1500 XPF / N.CAL S : 530 XPF

elle.fr

“ JE ME CACHAIS TOUT LE TEMPS DANS DES SWEATS LARGES ”



CE QU'ELLE A FAIT

Une abdominoplastie, avec un resserrement des muscles abdominaux, et, pour la poitrine, un lifting et un lipofilling.

CE QUI LA GÊNAIT

« J'ai pris près de quinze kilos en un an. Mon ventre s'était relâché. Je me cachais tout le temps dans des sweats larges. De plus, à la suite de mes grossesses, ma poitrine était tombante. »

CE QUI L'A DÉCIDÉE

« On me conseillait de faire du sport, mais, moi, je savais que ça ne suffirait pas. Il me fallait une technique plus rapide et efficace. Je me suis rendue chez une chirurgienne. Ses explications, son écoute... tout m'a convaincue. »

L'INTERVENTION

« C'était quand même une opération lourde, d'autant plus que la chirurgienne avait détecté une hernie ombilicale. J'ai été très encadrée par l'équipe médicale qui me rassurait souvent, et je n'ai rien senti. »

LES JOURS SUIVANTS

« Je suis restée une semaine sur place à cause des drains. Je me suis levée immédiatement après l'intervention. J'appréhendais, bien sûr, mais, en réalité, je n'ai pas eu de douleurs, si ce n'est quand je toussais, ça tirait sur les abdominaux. Je devais marcher un peu tous les jours et arrêter la cigarette (le chirurgien m'a autorisé le vapotage sans nicotine). Enfin, en sortant, j'ai dû faire attention, pendant un bon mois, à ne pas tirer sur les muscles des abdos. J'ai mis une gaine matin et soir pendant deux mois. Pour la poitrine, je n'ai eu aucune perte de sensibilité et j'ai porté un soutien-gorge de contention durant à peine trois semaines. J'ai deux cicatrices sur la poitrine, et une grande sur le bas-ventre. »

AUJOURD'HUI

« Je revis ! Je reprends confiance en moi. Avant, je me cachais, ce qui avait un impact sur ma personnalité et mon humeur. Je commence à m'habiller autrement, j'ai retrouvé ma silhouette sans avoir perdu mes kilos – de toute façon, j'étais trop mince auparavant. Je me regarde dans le miroir et je ne tire plus sur mes pulls ! »

CE QUE DISENT LES AUTRES

« Magnifique ! Ma mère avait un peu peur des cicatrices, mais c'est totalement secondaire au vu des résultats. »

ET DEMAIN ?

« Je vais reprendre le sport, travailler mes abdominaux et stabiliser mon poids. »

L'AVIS DE LA MÉDECIN

« Dominique voulait une chirurgie plastique pour restaurer sa silhouette qui s'était modifiée suite à une prise de poids. Elle souhaitait retrouver une cohérence entre son corps et sa tête. Son abdomen s'était relâché, entraînant une faiblesse des muscles, donnant l'impression d'un ventre de femme enceinte, essentiellement après les repas (les muscles de la sangle abdominale permettent de refouler le contenu digestif). Elle avait également de la graisse en excès, et elle se plaignait de ses seins "ptôsés" après la grossesse. Elle ne voulait pas de chirurgie plastique avec des corps étrangers, comme le placement de prothèses. Je lui ai donc proposé une combinaison de techniques : une lipo-aspiration de l'abdomen et des hanches, avec une cure du diastasis (fermeture des muscles grands droits), associée à un lifting de l'abdomen et des seins, ainsi qu'un lipofilling pour regalber la poitrine. Je lui ai conseillé, pour son alimentation, de diminuer les apports en sucres et d'augmenter les protéines, notamment végétales. Je lui ai recommandé de pratiquer un sport régulièrement et de maintenir ainsi son poids à l'équilibre. Je lui ai aussi rappelé d'éviter l'exposition solaire pour ne pas photosensibiliser les cicatrices. Enfin, par précaution, l'usage est de pratiquer un suivi mammo-échographique à un an. » ○○○

