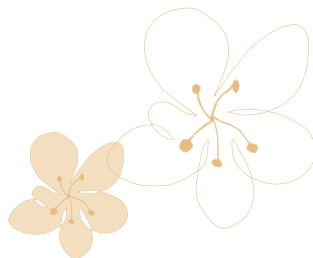
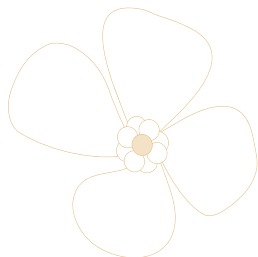
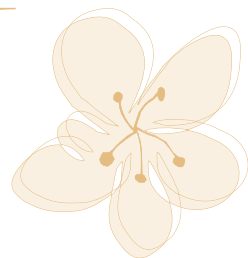


*Résolument  
femme*

après une opération du sein



amoena

# Sommaire

Edito	3
Amoena à vos côtés	4
Vivre sa vie de femme	5
Continuer sa vie	6
Partager la vie	7
Débuter sa convalescence	9
Etre résolument femme	10
Rééquilibrer	12
Le Confort réinventé	13
Prothèses mammaires Amoena	14
Les mamelons	15
Amoena Balance	16
Amoena Skin et Form Care	17
Profiter du quotidien	18
Lingerie	20



# Edito

Après une opération du sein, il est important de redonner un sens positif à sa vie et de retrouver le plaisir d'être une femme. Spécialiste du sein le plus innovant, Amoena accompagne les femmes du monde entier depuis plus de 35 ans dans ce parcours de rétablissement.

Le chemin vers le rétablissement est jalonné de défis différents. Nous avons créé cette brochure pour vous aider mieux en comprendre les étapes et vous proposer une vue d'ensemble des solutions qui s'offrent à vous.

Nous avons inclus des suggestions en relation avec les nouveaux besoins physiques et émotionnels auxquels vous serez probablement confrontée.

Avec les traitements appropriés et une perspective positive, vous continuerez à mener pleinement une vie active après votre opération du sein. Parce que partager son expérience est aussi un moyen de mieux accepter, de retrouver confiance en soi et bien-être, d'apprécier sa féminité retrouvée... rejoignez le Club Amoena.

Prenez soin de vous.

Toute l'équipe Amoena.



## Amoena à vos *côtés*

### Développer des solutions innovantes & confortables

Amoena conçoit, développe et produit des solutions pour les femmes opérées d'un cancer du sein depuis 1975.

Cornelius Rechenberg, son fondateur, fut un véritable précurseur en créant la toute première prothèse externe en gel de silicone. Il s'est attaché tout au long de sa vie à concevoir des solutions innovantes et naturelles pour le plus grand confort des femmes opérées afin qu'elles retrouvent une véritable qualité de vie après leur opération.

Cette passion anime aujourd'hui encore les équipes d'Amoena qui poursuivent le développement de solutions toujours plus innovantes en associant des technologies high-tech comme le concept auto-adhérent Amoena Contact ou le *Comfort+*, matériau thermorégulateur mis au point par la Nasa pour les astronautes afin d'affronter les températures extrêmes et intégré aux prothèses ou compléments mammaires pour encore plus de confort.

En s'appuyant sur son expertise des produits pour mastectomie, Amoena a conçu la plus large gamme de solutions au monde pour les femmes ayant une asymétrie mammaire, qu'elle soit naturelle ou liée à une chirurgie.

## *Vivre* sa vie de femme

### Comprendre les changements

Le bien-être psychologique est indissociable du bien-être corporel. Toute atteinte vécue dans l'intégrité de son corps provoque momentanément une déstabilisation que chaque femme négocie différemment selon sa propre histoire.

Chacune va réagir à sa manière suivant son âge, sa culture, sa situation conjugale, familiale et sociale. Pour certaines, c'est peut-être la révolte, le sentiment d'injustice et d'incompréhension qui prédominent avec parfois des réactions agressives vis-à-vis du personnel médical et/ou de l'entourage familial.

Pour d'autres, ce sont les sentiments de culpabilité et de faute, ce qui peut provoquer une forme d'abattement, une attitude de repli sur soi pouvant s'accompagner d'un profond sentiment de solitude.

Pour d'autres encore, c'est « l'apparente acceptation », en silence, sans jamais se plaindre, sans rien dire de leurs douleurs, forçant l'admiration des uns, déclenchant un malaise chez les autres tant le refus de communiquer est grand.

Quelle que soit votre réaction, dites-vous bien qu'elle est normale et correspond au travail à réaliser pour s'adapter à cette nouvelle situation. L'idée de devoir accepter la maladie et l'éventuelle modification du sein peut vous paraître difficile.

Mais vous allez découvrir qu'avec le temps, l'appui de l'équipe soignante, l'affection de vos proches, le partage de vos craintes avec ceux que vous aimez ou celles qui sont passées par là, vous allez réapprendre à aimer votre corps et à prendre soin de vous.

Vous découvrirez  
alors que  
**vos** *votre* **féminité**  
est inscrite  
**profondément**  
en vous

**Des modifications peuvent-elles survenir dans votre vie socio-professionnelle familiale et conjugale?**

Côté activité professionnelle, pour certaines, ce sera la reprise rapide, pour d'autres, il faudra aménager leur poste de travail ou envisager un changement professionnel.

# Continuer

## sa vie de femme, de mère...

### Que dire à mon entourage?

Ce n'est qu'en instaurant une discussion ouverte que vous pourrez encourager vos parents et amis à parler de votre maladie et à vous faire part de leurs sentiments. Plus vous faites un secret de votre maladie, plus vous laissez de place à l'imagination et plus l'atmosphère est tendue. Malheureusement, la plupart des gens évitent de parler ouvertement du cancer. La peur de cette maladie ou celle de vous gêner est souvent la cause de ce silence. Il est important d'instaurer un dialogue et de vous ouvrir à eux.



### Et à mes enfants?

Souvent, les enfants veulent savoir exactement ce qui vous est arrivé, autant par curiosité naturelle que par inquiétude. Expliquez-leur aussi ouvertement que possible. S'ils désirent voir votre cicatrice, montrez-la-leur. Ainsi, vous ne tomberez pas dans un jeu de cache-cache contraire au naturel.

### Comment va évoluer ma vie affective?

On constate très souvent une diminution, voire un arrêt momentané de l'activité sexuelle. Vous êtes fatiguée et plus fragile émotionnellement, vous utilisez toute votre énergie pour faire face à la maladie. Là aussi, le plus important reste le maintien du dialogue et de la tendresse entre les partenaires. Plus vous parlerez ensemble de vos craintes, de vos angoisses, de vos désirs, plus vous consoliderez votre couple. Si des difficultés persistent au-delà d'un an, n'hésitez pas à vous faire aider par des professionnels (psychologues, sexologues ou conseillers conjugaux).

# Partager la vie

## d'une femme opérée

### Quand dois-je lui demander de me montrer sa cicatrice?

Dites-lui tranquillement, le plus tôt possible, que vous aimeriez voir sa cicatrice. surtout n'entrez pas dans son jeu si elle vous la cache.

### Et qu'advient-il de notre vie amoureuse?

Très souvent, votre partenaire aura tendance à repousser toute relation sexuelle car elle consacre toute son énergie à lutter contre la maladie. Elle est fatiguée et émotionnellement fragile. Allez prudemment au-devant d'elle. Il est important de maintenir le dialogue et de lui témoigner votre tendresse. Vous pouvez lui dire que vous aimeriez la tenir dans vos bras, la caresser, la consoler. Vous pourrez ainsi la sortir de ses préoccupations.

### Comment l'accompagner dans sa maladie?

Il est important d'accompagner votre conjointe à ses rendez-vous chez son médecin. Vous êtes plus neutre, vous pouvez poser d'autres questions, avoir une oreille plus objective. Encouragez-la à avoir des activités au dehors, mais sans exagération. Entretenez vos contacts habituels avec votre famille, les amis, les collègues. Si vous ne pouvez pas faire autrement, entre-tenez-les seul, de manière à ne pas rompre toute relation.

**maintenir le dialogue**  
lui témoigner  
votre tendresse  
**ne pas lui**  
**cacher**  
vos appréhensions

Après une opération, que l'on ait enlevé tout ou une partie du sein, il est difficile de faire face à sa nouvelle image. Vous craignez que les gens remarquent votre opération. Vous souhaitez également retrouver votre silhouette habituelle. La gamme Amoena vous permet de trouver vos solutions, quels que soient votre taille, type de chirurgie et style de vie. Vous n'aurez plus peur du regard des autres. Seules les personnes à qui vous l'aurez confié sauront que vous êtes opérée.

#### Puis-je porter une prothèse en silicone dès les premiers jours?

Pendant la période de cicatrisation de quelques semaines, ou pendant vos traitements de radiothérapie, vous porterez la solution provisoire Amoena Priform, en coton et dacron, extrêmement légère, maintenue par un vêtement postopératoire comme le modèle Hannah Camisole ci-contre, ou bien un soutien-gorge postopératoire Frances, livré avec une fibre de remplissage. Destinés à redonner un volume pendant les premières semaines, ils ne provoqueront aucune irritation sur les tissus cicatriciels fragilisés. Après complète cicatrisation, vous porterez une prothèse en gel de silicone dans un soutien-gorge conçu pour le port de la prothèse. Vous pourrez naturellement conserver votre Amoena Priform à porter chez vous dans votre tenue d'intérieur. Les prothèses Amoena en gel de silicone se rapprochent le plus possible du sein naturel en forme, taille et douceur.



Amoena Priform



Frances

# Débuter sa convalescence & retrouver une symétrie

Leur poids est conçu pour restaurer l'équilibre avec votre sein, ce qui est extrêmement important pour éviter les douleurs dorsales, cervicales et les mauvaises postures. Pour votre confort, le gel de silicone prend très rapidement la température du corps. De plus, son toucher très naturel la rend totalement imperceptible pour l'autre, même en cas de heurt ou lorsque vous dansez. Si vous avez été opérée partiellement ou dans le cas d'une reconstruction, vous pouvez avoir besoin de compléter le volume manquant. Un complément Balance corrigera les petites imperfections.

#### Où puis-je me procurer ma prothèse?

Il est important de vous adresser à un point de vente spécialisé (lingeries, centres orthopédique). Vous trouverez auprès de la technicienne en ajustement certifiée, un accueil chaleureux, confidentialité, conseils et compétence.

Choisir une prothèse demande du temps, exige des essayages et il est conseillé de prendre rendez-vous. Vous allez certainement trouver difficile d'effectuer cette démarche la première fois, mais le climat de confiance

instauré et votre image corporelle retrouvée contribueront à vous aider dans votre guérison. Ce point de vente conseil spécialisé vous proposera le complément indissociable de votre prothèse, un soutien-gorge adapté. Il existe également des maillots de bain qui vous permettront de continuer à nager en toute sécurité.

Pour obtenir les coordonnées d'un spécialiste près de chez vous : consultez notre site web : [www.amoena.ca](http://www.amoena.ca)

#### Ma prothèse est-elle remboursée par la RAMQ? Et avec quelle fréquence?

Les femmes admissibles au programme ont droit, pour chaque sein, à un montant forfaitaire de 200 \$ pour couvrir, en partie ou en totalité, les frais liés à l'achat d'une prothèse mammaire externe.

Par la suite, tous les 2 ans, à la date anniversaire de la mastectomie ou du constat médical d'aplasie, un montant forfaitaire de 200 \$ par sein est accordé pour couvrir les frais de remplacement de la prothèse.

# Être résolument femme

## Comment puis-je être sûre que ma prothèse me convient toujours?

Notre corps évolue parfois à notre insu : prise ou perte de poids (liée très souvent aux traitements), changement de morphologie. Pour que la prothèse reste bien adaptée, il est absolument nécessaire de faire procéder tous les ans à une vérification de votre application auprès de votre technicienne en ajustement certifiée. De plus, la souplesse et les qualités de la silicone s'altèrent avec le temps et votre prothèse doit être renouvelée régulièrement.

## Ma prothèse est-elle fragile?

Votre prothèse est extrêmement résistante (chocs, chutes ...) mais attention à son seul ennemi : LA PIQURE !

On pense aisément aux aiguilles et aux épingles, mais on oublie plus facilement les épines de fleurs, les griffes d'animaux, les bijoux (bagues, broches), etc... Si, par inadvertance, vous piquez votre prothèse, vous ne le remarquerez certainement pas (la trace est imperceptible).

Plusieurs jours après, suite à une pression, une chute ou une simple manipulation, votre prothèse laissera apparaître une grande fente.

Aucun doute, c'est bien là le résultat d'une piqûre et malheureusement, il n'existe aucun remède et aucune garantie.

Conservez toujours une ancienne prothèse (même si elle ne vous convient plus tout à fait) pour une solution de secours dans l'attente de votre nouvel achat dans les jours suivants. Pensez à emmener une prothèse de secours pendant les vacances. Attention, cet incident ne fera pas l'objet d'un deuxième remboursement annuel de la Sécurité Sociale.

## Comment entretenir ma prothèse?

Vous préserverez au mieux la souplesse et les qualités de votre prothèse en l'entretenant quotidiennement, tout comme votre propre corps. Les conseils de nettoyage diffèrent en fonction du concept de prothèse.

La prothèse Contact, auto-adhérente, ne doit être entretenue qu'avec la ligne de produits conçus spécifiquement pour elle. (Tel que décrit dans la boîte d'emballage.) Lavez-la quotidiennement avec la solution de nettoyage Soft Cleanser et la brosse spécifique. Rincez abondamment et laissez sécher à l'air libre. Pour tous les autres concepts de prothèses, vous pouvez utiliser le Soft Cleanser ou éventuellement un savon doux.

Après lavage de la prothèse, rincez abondamment à l'eau claire et séchez avec une serviette éponge.

De temps en temps, passez un coton imbibé de Skin Preparation Tonic sur la face interne de la prothèse. Ce traitement ne s'applique pas à la prothèse Contact.

## Dois-je réduire certaines activités?

En principe, pas du tout, mais toutefois votre médecin pourra vous déconseiller la pratique de certains sports violents. Les femmes opérées continuent leurs activités sociales ou sportives comme avant. A chaque activité correspond un soutien-gorge et une prothèse adaptés.

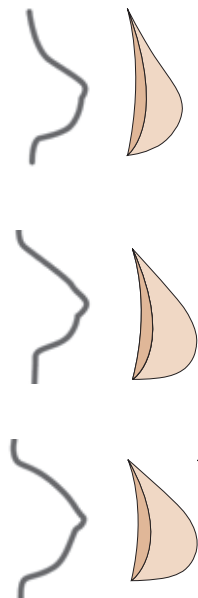


# Rééquilibrer après une mastectomie

La prothèse mammaire externe permet de rétablir son schéma et son image corporels rapidement après l'opération. Cette démarche est essentielle tant sur le plan physique que psychologique. La prothèse mammaire idéale doit, par son poids, sa forme, sa fermeté, sa souplesse et sa stabilité, imiter le sein naturel. Portée avec un soutien-gorge adapté qui modèle et maintient la poitrine, elle assure une parfaite harmonie esthétique et un équilibre statique. Elle apporte un sentiment de bien-être, de sécurité et de liberté. Personne ne se rend compte que vouspérée. Amoena propose des prothèses pour les différents galbes de sein en tailles variées.

Une femme pérée  
du sein sur deux dans le monde  
porte une prothèse  
Amoena

À chacune sa solution  
différents galbes de sein,  
différents concepts



## Le confort réinventé

comfort+

Pour une sensation sur la peau unique au monde, Amoena a intégré la technologie *Comfort+* au coeur des prothèses *Contact*, *Energy*, *Natura* et *Essential*.

Qu'est ce qui rend les prothèses Amoena *Comfort+* différentes des autres?

- Ingénieux matériau thermorégulateur mis au point pour la NASA, qui absorbe l'excès de chaleur de la poitrine et la redonne en douceur lorsque la température du corps s'abaisse.
- Ce qui donne plus de confort, une sensation plus agréable sur la peau et une meilleure adhérence pour les prothèses adhésives *Contact*.
- Amoena a aussi conçu une gamme de prothèses *Essential*.

Afin de répondre aux besoins essentiels tels que l'équilibre et la sécurité des femmes après leurs chirurgies du sein.





- Adhère directement à la peau
- Plus de liberté dans le choix des vêtements
- Idéale pour une vie active ou pour les problèmes de dos



- Se glisse dans une poche de soutien-gorge adapté
- Pour une vie active ou pour les femmes qui éprouvent des bouffées de chaleur



- Se glisse dans une poche de soutien-gorge adapté
- Bouge naturellement avec le corps et s'aplatit lorsque la femme se couche



- Se glisse dans une poche de soutien-gorge adapté
- Procure une sensation et une apparence agréables



## Les mamelons auto-adhérents

Chaque femme est différente et ne souhaite pas toujours faire apparaître une aréole marquée.

Sur nos prothèses, le mamelon est discrètement évoqué.

Pour celles qui le désirent, Amoena propose des mamelons auto-adhérents, à porter sur la prothèse, ou directement sur le sein dans le cas d'une reconstruction (dans l'attente de la réalisation de l'aréole et du mamelon).

Pour le nettoyage, utilisez uniquement l'Amoena Soft Cleanser.



livrés par 2  
(même taille,  
même coloris)

existent en 2 tailles  
et 4 coloris





## Les solutions Amoena après une opération partielle

# Amoena Balance

Restaure équilibre, forme et symétrie



Après une opération partielle du sein, le port d'un complément mammaire n'est pas toujours nécessaire sur le plan statique. Par contre, sur un plan psychologique, il s'avère très important. Pour vous permettre de vous sentir en confiance avec un vêtement près du corps ou en maillot de bain, Amoena a développé une gamme de compléments mammaires en différentes formes, tailles et épaisseurs, disponibles en version auto-adhérente ou non.



## Amoena Skin et Form Care

### Soins de la prothèse et bien être de votre peau

Des gestes simples...

#### Amoena Skin Care, pour la peau

L'Amoena Skin Preparation Tonic nettoie la peau avant le port du complément Amoena Balance Contact et active son adhérence.

L'Amoena Skin Balance Gel-Cream hydrate le sein et favorise la mise en place et l'adhérence du complément mammaire auto-adhérent Amoena Balance Contact.

#### Amoena Form Care, pour la prothèse

L' Amoena Soft Cleanser s'utilise pour le nettoyage des compléments et des mamelons Amoena.

La brosse est réservée au nettoyage de la face interne des compléments Amoena Balance Contact.



# Profiter du quotidien

## Pourquoi un soutien-gorge adapté?

Un soutien-gorge adapté remplit des fonctions importantes. Il est l'élément indispensable à une parfaite application de la prothèse et vous assure une totale sécurité dans toutes les circonstances. Dans le cas de tensions ou douleurs au niveau de l'épaule qui pourraient déboucher sur un lymphoedème, il apportera un soulagement considérable. Les soutiens-gorge adaptés Amoena garantissent un maintien optimal de la prothèse et sont ravissants.



Naomi SB

### Décolleté

Entregorge haute  
Coupe adaptée à la prothèse  
Renfort élastique en bordure de bonnet

- meilleur maintien
- liberté totale de mouvement

### Bretelles

Selon le maintien nécessaire, larges, molletonnées ou plus fines  
Réglage dos  
Poches pour un maintien sécurisé de la prothèse non adhérente

### Dos

Renforts de côté pour une meilleure stabilité  
Utilisation de matières haut de gamme

- parfaite tenue
- maintien et confort exceptionnels

### Armatures ou faux-cerclage

Forme et souplesse adaptées au port de la prothèse

- parfait maintien de la prothèse
- mise en valeur de la poitrine
- décolleté harmonieux



Pyjama et bolero  
en dentelles



# « Vraiment femme »

Lara Satin



Isadora



Valletta



Gulf of Mexico



Leona



Top 13



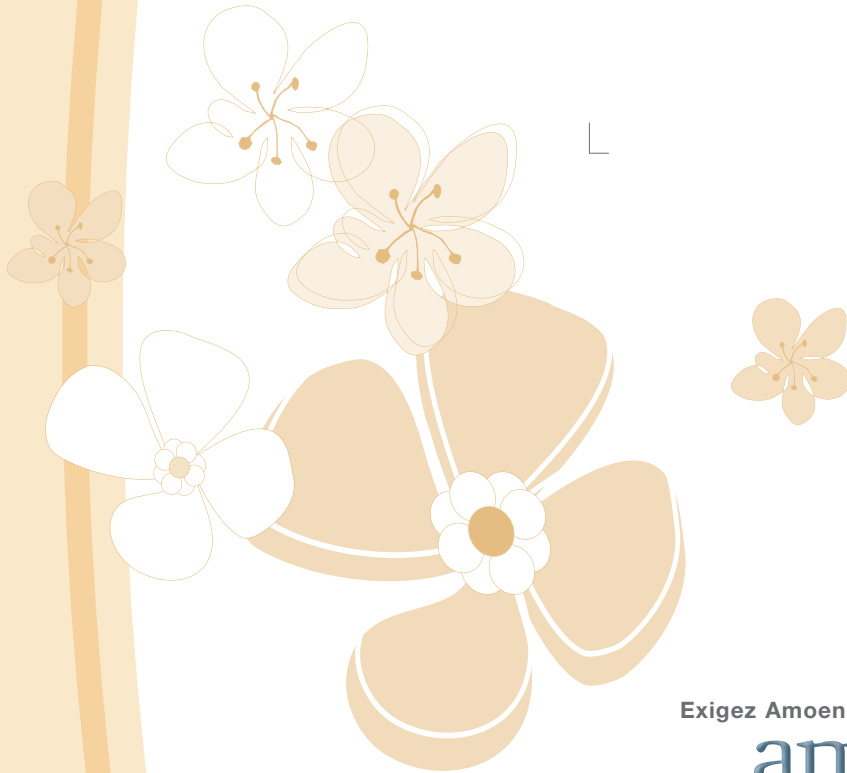
Arabian Sea



Remarques



Votre point de vente conseil



Exigez Amoena / [www.amoena.ca](http://www.amoena.ca)

**amoena**

Amoena Canada Inc., 2121 Argentinia Rd., Suite 404,  
Mississauga ON L5N 2X4

©2014 Tous droits réservés. Amoena Canada Inc. **Amoena** est une marque  
de commerce déposée d'Amoena Medizin-Orthopädie-Technik GmbH.