

Zalecenia po laserowym usuwaniu żyłaków kończyn dolnych

Zalecenia:

1. Pierwsza samodzielna zmiana opatrunku zalecana jest po 72 godzinach.
2. W rekonwalescencji niezwykle ważne jest uruchomienie nogi - nie należy długo przebywać w pozycji siedzącej i leżącej, szczególnie w pierwszych dniach po zabiegu. Pacjent powinien odpoczywać, zalecane są krótkie spacery każdego dnia, co godzinę.
3. Przyjmując pozycję leżącą, warto ułożyć nogę nieco wyżej na wysokości bioder i w razie potrzeby przeprowadzać delikatne masaże.
4. Aktywność i praca mięśni nóg zapobiega zastojom. Jednak intensywne ćwiczenia fizyczna mogą być zbyt obciążające dla operowanej nogi. Zalecane jest unikanie nadmiernego wysiłku fizycznego przez 2 tygodnie.
5. Po zabiegu należy nosić pończochę uciskową o II stopniu ucisku przez 48 godzin od zabiegu bez przerw oraz w ciągu dnia przez kolejne 3-4 tygodnie.
6. Po zabiegu przez okres 7 dni należy przyjmować heparyny drobnocząsteczkowe w postaci podskórnych zastrzyków. Recepta na lek przekazywana jest przez lekarza po zabiegu.
7. Przez 10 dni lepiej wstrzymać się od kąpieli w gorącej wodzie i korzystania z sauny, jacuzzi oraz zdecydować się na chłodniejszy prysznic.
8. Nie ma konieczności udawania się na zwolnienie lekarskie po przebytych zabiegu. Jednak jest wskazane kilka mniej intensywnych dni. W razie konieczności wystawienia L4 należy powiadomić lekarza o takiej potrzebie.
9. W przypadku odczuwania dolegliwości bólowych, można zastosować środki przeciwbólowe dostępne w aptekach bez recepty (np. Paracetamol, Ibuprofen).
10. Po usunięciu żyłaków nie wskazane jest długie przebywanie na słońcu, ponieważ promieniowanie słoneczne może sprawić, że na skórze pojawią się przebarwienia.
11. Po zabiegu wskazana jest kontrola w placówce na tydzień, miesiąc, 3 i 6 miesięcy po zabiegu połączona z badaniem USG Doppler i oceną miejsca pozabiegowego.
12. Aby uniknąć komplikacji po laserowym usuwaniu żyłaków kończyn dolnych i nadmiernego bólu, należy przestrzegać zaleceń pozabiegowych.

13. **W razie wystąpienia niepokojących objawów** należy skontaktować się pilnie z placówką, w której wykonywany był zabieg, udać się na Szpitalny Oddział Ratunkowy w rejonie zamieszkania lub wezwać pogotowie ratunkowe.

Potwierdzam odbiór zaleceń.

.....
Data i podpis Pacjenta