



NAVODILA BOLNIKU OB ODPUSTU PO OPERACIJI KRČNIH ŽIL

Odpust

Po ležanju in preobvezi boste zapustili operacijske prostore. Noga bo povita z elastičnim povojem. Prosimo vas, da zdržite s povojem dva dni. Povoj mora biti tesen, da stisne zdravljeno veno. Povoj mora ostati čist in suh - ne ga zmočiti.

Majhne količine roza obarvanega izločka so normalne. Če pa na povoj opazite krvavitev, pritisnite nanj in dvignite nogo za 15 minut. Če krvavitev ne preneha, pokličite 041-613-766 ali poiščite zdravniško pomoč. Ne odstranjujte povoja.

Čez dva dni (čez tri dni, če je drugi dan po operaciji nedelja) boste obiskali ambulanto izbranega zdravnika, kjer vam bodo odstranili povoj in zložence. Takrat lahko začnete z nošnjo kompresijskih nogavic čez dan in ponoči en teden, nato še čez dan do enega meseca po operaciji.

Zdravila

Sedem do deset dni po operaciji si je potrebno dajati injekcijo proti krvnim strdkom v kožno gubo na trebuhu (recept ali e-recept za injekcije vam izda izbrani zdravnik). Injekcije si dajajte na 24 ur. Ostala zdravila jemljite kakor do sedaj. V primeru bolečine pridejo v poštev protibolečinska zdravila. Vzemite vsa zdravila, ki vam jih predpiše zdravnik. 5 – 7 dan po operaciji boste lahko začutili občutek napetosti v nogi. Lahko se vam bo zdelo, kot da ste si nategnili mišico. Ta občutek povzroča vena, ki se krči, in je normalen del celjenja.

Hoja, sedenje, gibanje

Predlagamo, da vsako uro hoditi vsaj 10 – 15 minut; dlje kot hodite, bolje je. Vendar pa se izognite stanju ali sedenju za daljši čas. Kadar sedite, dvignite noge, na »tabore« ali drugo sedalo. Kadar spite, ni potrebe po dvigovanju noge ali prebujanju za hojo. Dva tedna po operaciji se izogibajte aerobiki, dviganju težkih bremen in naporni telesni vadbi.

Kompresijske nogavice

Kompresijske nogavice (ali elastične povoje) nosite dva tedna po operaciji. Prvi teden povijate podnevi in ponoči, nato še en teden podnevi. Po zaključku zdravljenja jih lahko uporabite na daljših izletih, pri daljši stoji ali pri bolečini v nogah.

Sončenje

Dokler celjenje ni končano, operirano nogo čim manj izpostavljajte soncu. S tem preprečite nastanek madežev na koži.

Operirana noga

Na operirani nogi boste morda opazili zatrdline, kjer so bile odstranjene krčne žile. Zatrdline predstavljajo strdke krvi v podkožju, so nenevarne in bodo sčasoma izginile, vendar ta proces lahko včasih traja tudi več mesecev.

Delo

Na delo se lahko vrnete en teden po operaciji, če vas povoj pri delu ne ovira in nimate izrazitih bolečin. Če ste bili med operacijo šivani (imate rano s šivi), se lahko vrnete na delo dva tedna po operaciji. Če opravljate težje delo (stoja na mestu, delo na visoki temperaturi, dvigovanje težjih bremen), je bolniški stalež daljši po dogovoru z izbranim zdravnikom. Če je počutje dobro, nimate bolečin in opravljate lažje delo se lahko na delo vrnete tudi prej kot v enem tednu.

Navodila

Upoštevajte še vsa dodatna navodila vašega zdravnika.

Dr.sc. Matej Makovec, dr.med.,
specialist kirurg