

Navodila po laserski operaciji ven na nogi
Avelana d.o.o. Žilna kirurgija Otočec

Takoj po posegu (operaciji) priporočamo 10-15 minut hoje preden se odpeljete domov.

V kolikor je vaša pot daljša od 1 ure priporočamo, da se vsako uro ustavite in se 10 minut sprehajate. Ta sprehod vam bo preprečil težave, ki bi lahko nastale zaradi motenj v cirkulaciji krvi v nogi (sedeči položaj). Med vožnjo večkrat pokrčite in iztegnite stopalo.

Lokalna anestezija bo trajala še približno eno uro po posegu. Včasih je lahko po injekciji spodnjih okončin nekoliko neobčutljiva oziroma nerodna (kot, da vam je »zaspala«). To bo minilo najkasneje v dvanajstih urah.

V primeru bolečin vzemite sredstvo proti bolečinam, ki ga običajno jemljete za glavobol, zobobol ali podobne bolečine (Npr. Naklofen, Voltaren, Brufen, Nalgesin, Analgin itd.).

Na nogi imate obliže pod katerimi je podložena gaza. Preko njih smo vam namestili kompresijsko nogavico. Včasih na nogo namestimo tudi elastične povoje.

ELASTIČNE POVOJE imejte nameščene po operaciji isti dan in ga zvečer odstranite. V kolikor bi vas elastični povoji močno tiščali jih lahko odvijete in jih ponovno povijete po vašem občutku (naj vas ne tišči).

KOMPRESIJSKO NOGAVICO imejte nameščeno 1 dan noč in dan. Nato samo čez dan še 3 tedne ali dlje, če imate težave. V primeru, da se na nogavici naredi guba ki vas tišči, jo poravnajte. V primeru mravljinčenja ali omrtvelosti noge, nogavico odstranite in nekaj časa ležite brez nje in si jo nato ponovno namestite.

OBLIŽE zamenjate 3. dan, podloženo gazo zavržete. To lahko opravite sami ali v ambulanti vašega zdravnika. Obližev ne močite 7 dni. Nogo si za tuširanje lahko zavijete s plastično folijo.

ŠIVE ali lepilne trakove (Steri strip) odstranite 7. dan pri svojem zdravniku.

V slučaju, da bi opazili, da je prišla kri čez obliže in nogavico prosimo, da se ne vznemirjate. To je manjša težava, ki jo z lahkoto rešite: najprej dvignite nogo, nato na mesto kjer ste opazili kri položite dodatno oblogo-gazo in jo rahlo povijte. Če boste sami nameščali elastični povoj, ga namestite od stopala in preko mesta krvavitve. Če se krvavitev tudi potem, ko ste nogo visoko dvignili in namestili povoj, ne bi ustavila, nas pokličite za nadaljnja navodila.

Modrice v podkožju, tudi obsežnejše, so običajne in izginejo v nekaj tednih.

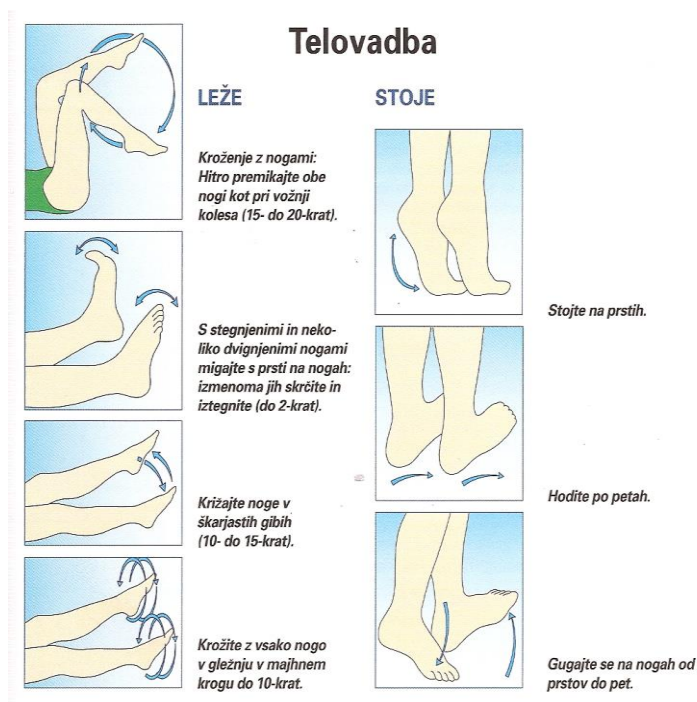
Iz majhnih vbodnin na stegnu lahko priteka tekočina, ki smo jo injicirali zaradi omrtvičenja. Tekočina je lahko rdečkasto obarvana. Ne se ustrašit. To je običajno in ni nevarno.

V primeru bolečin na stegnu (pri operaciji male vene safene pa v kolenski kotanji), ki so običajno najmočnejše peti do sedmi dan po posegu vam svetujemo hladne obloge (Ice pack, led) preko nogavice in sredstva proti bolečinam. Bolečine se najpogosteje pojavijo po 3 dneh in trajajo okoli 5 do 7 dni.

Ne priporočamo energičnih telovadnih vaj, aerobike, vaj z utežmi, daljšega stanja, daljšega sedenja in izpostavljanja vročini, vsaj 2 tedna po operaciji. Izvajajte vaje, ki smo vam jih priporočali.

OBRNITE

Nikakor pa ni potrebno mirovati. Hodite večkrat na dan po 15 do 30 minut. Aktivnosti stopnjujte postopno.



Svetujemo vam tudi, da hodite ali kolesarite 3 krat dnevno po 15 min.