

Pokyny po operaci křečových žil metodou CHIVA

Rychlé zotavení podpoříte hlavně pohybem a nošením kompresní punčochy. Tady najdete, na co myslet v dalších dnech a týdnech.

V den zákroku

- Po odchodu z ordinace se asi 30 minut procházejte, teprve potom se nechte odvézt domů.
- V den zákroku **neříd'te** a neobsluhujte stroje.
- Během cesty i doma pravidelně pohybujte prsty a kotníky.
- Jíst a pít můžete normálně.

Pohyb

- Klid na lůžku nepotřebujete – naopak. **Chod'te často**, ideálně každou hodinu několik minut.
- Vyhněte se dlouhému stání na místě a dlouhému sezení s pokrčenými koleny. Při sezení si nohy podložte.
- Běžné denní činnosti zvládnete hned. Kdy se můžete vrátit ke sportu a náročné fyzické práci, s vámi domluvíme individuálně.

Kompresní punčocha

- První noc si punčochu nechte na noze.
- Pak ji noste **přes den**, na noc ji můžete sundat.
- Punčochu noste 4–6 týdnů po zákroku.

Péče o rány

- Sprchovat se můžete po 24 hodinách. Náplasti nechte nalepené a jen je jemně osušte.
- Krycí náplasti můžete po 2–3 dnech vyměnit. Stahovací náplasti odstraňte po 7 dnech.
- Stehy se samy vstřebají, není třeba je vytahovat.
- Koupel ve vaně, bazén a saunu odložte na 10 dní.
- Rány mohou být několik týdnů hmatné jako nebolestivé zatvrdnutí. Jde o hojení jizvy, které postupně samo ustoupí.

Bolest

Mírná bolest v ranách po odeznění znecitlivění je běžná. Na bolest můžete užít paracetamol podle příbalového letáku. Jiné léky proti bolesti užívejte jen po dohodě s lékařem.

Co dělat, když...

Kam volat při potížích po operaci: v ordinární době **373 730 464**, jinak mobil **602 418 672**.

Rána krvácí: lehněte si, zvedněte nohu nad úroveň srdce a místo pevně stlačte složeným ručníkem po dobu 20–30 minut. Punčochu nesundávejte. Pokud krvácení neustane, zavolejte nám nebo vyhledejte lékaře.

Objeví se zarudlý, bolestivý a zatvrdlý pruh podél žíly: jde nejspíš o zánět povrchové žíly. Pokračujte v chůzi a nošení punčochy a **zavolejte nám** – doporučíme další postup.

Rána je zarudlá, teplá, oteklá nebo máte horečku: zavolejte nám nebo se ukažte svému praktickému lékaři.

Ihned volejte 155, pokud náhle pocítíte dušnost, bolest na hrudi nebo bušení srdce.

Ještě týž den vyhledejte lékaře (nás nebo pohotovost), pokud vám výrazně oteče celá noha nebo lýtko a bolí – může jít o trombózu.

Kontrola

Kontrolu naplánujeme za 6–8 týdnů. Pokud bude potřeba doplňující zákrok, domluvíme ho při ní – je to běžná součást léčby.

Máte-li jakékoli pochybnosti, raději zavolejte: **373 730 464** (ordinace) · **602 418 672** (mobil) · RAPAX Medical s.r.o. · Masarykova 1132/62, 2. patro, 312 00 Plzeň · hrabak@chirurgie-rapaxplzen.cz