



NAVODILA PACIENTU PO OPERACIJI KRČNIH ŽIL

Telesna temperatura:

Prve dni po operaciji je lahko blago povišana telesna temperatura normalno prisotna. V kolikor prične temperatura nekaj dni po operaciji naraščati, je to znak obrambnega procesa v organizmu.

- Priporočamo, da pokličete svojega zdravnika kirurga.

Bolečine v rani in celjenje ran:

Prvi teden po operaciji boste lahko občutili zmerno bolečino v rani ali okolici rane, običajno pa močnejše bolečine niso prisotne. Pri običajnem poteku celjenja rane bolečina po nekaj dneh popušča. Za zmanjšanje bolečin vam je zdravnik predpisal protibolečinska zdravila, ki jih uživajte v predpisani količini. Če opazite, da postaja rana z okolico bolj vroča ter da nastaja otekline in rdečina, da narašča tudi bolečina v rani, potem je to lahko znak, da v rani nastaja obrambni proces – vnetje.

- V takem primeru takoj pokličite vašega zdravnika kirurga.

Telesne obremenitve:

Prve dni po operaciji svetujemo razgibavanje v postelji (predvsem v predelu gležnja operirane noge), zmerno hojo po prostoru (večkrat dnevno po 10 minut). Telesne aktivnosti, ki jih izvajate, vam ne smejo povzročati občutka nelagodja, povečujte jih postopoma.

Po odstranitvi šivov in zacelitvi ran lahko pričnete po treh tednih z lažjimi telesnimi vajami, hojo v naravi, plavanjem, zmernim kolesarjenjem, aerobiko in fitnessom.

Prehrana:

Po operaciji krčnih žil ne potrebujete posebne diete, priporočamo pa, da preko dneva popijete dovolj tekočine.

Jemanje zdravil:

Zdravila, ki ste jih jemali pred posegom normalno uživajte dalje. Sredstva proti bolečinam jemljite po navodilu zdravnika (za zmanjševanje bolečin po operaciji ne uživajte ASPIRINA!)

Telesna higiena:

Svetujemo, da si do odstranitve šivov ne močite operativnih ran. Tuširanje priporočamo šele po odstranitvi šivov. Kopanje priporočamo tri tedne po operaciji v kolikor je rana suha in zaceljena.

Oskrba operativne rane:

V večini primerov krvavitev iz operativne rane po operaciji preneha, še v času hospitalizacije. Ob odpustu so rane zaščitene s sterilnim obližem. Praviloma ostane obliž nameščen na operativni rani do prve kontrole pri vašem izbranem zdravniku oz. do kontrole pri operaterju. Če opazite na obližu nekaj krvi, lahko obliž zamenjate z novim. Pri tem pazite na higieno rok in pravilno rokovanje z obližem.

- Če ocenjujete, da sami niste sposobni menjati okrvavljenega obliža, potem se najavite na pregled k svojemu izbranemu zdravniku. V prvih dneh po operaciji se lahko v predelu operativne rane pojavijo tudi modrice, ki običajno izginejo po dveh do treh tednih.
- Če v predelu operativnih ran opazite rdečino, zatrdlino ali otekline, ki narašča, pokličite vašega operaterja.

Povijanje nog:

Po posegu je vaša noga povita z elastičnim povojem. Priporočamo, da vsaj enkrat dnevno v ležečem položaju odvijete povoje z noge in pustite nogo odvitno 30 minut. V tem času nogo v ležečem položaju razgibavajte (kroženje s stopalom v gležnju, krčenje in iztegovanje noge v kolenu, dvigovanje iztegnjene noge od podlage). Nato nogo ponovno povijte po pravilnem postopku, ki smo vam ga pokazali med hospitalizacijo.

Praviloma pričnete s povijanjem noge takoj za prsti na stopalu, povoj zajame tudi peto in poteka navzgor do dimelj. Samo povijanje ne sme biti pretesno, da ne ovira normalnega pretoka krvi. V kolikor se zgodi, da pretesno povijete, nogo ponovno previjte.

- Do odstranitve šivov morate imeti nogo povito preko celega dneva in noči ob upoštevanju zgornjih navodil, po odstranitvi šivov pa praviloma samo preko dneva še dva tedna. Če vam noge še zatekajo, priporočamo povijanje noge še naprej oziroma nošenje kompresijskih nogavic.