

SFATURI DUPĂ OPERAȚIA DE VARICE

Doamnă, Domnule,

După externare trebuie:

- **să vă puneți, dis-de-dimineață, înainte să coborâți din pat, ciorapii de conținție elastică. Îi puteți da jos pe timpul nopții, mai puțin în primele 3 zile după operație. Ciorapii trebuie să-i purtați timp de două luni;**
- să mergeți la pas normal, la fiecare 2-3 ore, timp de cel puțin două săptămâni;
- să evitați poziția așezat, să țineți picioarele încrucișate sau să stați în picioare pentru mai mult de 20 de minute odată;
- să stați întins în pat, timp de 4-5 ore pe zi, cu picioarele ușor ridicate, în primele două săptămâni;
- să vă reluați treptat activitățile obișnuite;
- puteți face primul duș la 48 de ore după operație. După duș, pansamentele trebuie schimbate;

Toate sporturile pot fi reluate în mod normal într-o lună (gimnastică, alergare, înot, ciclism etc.)

O consultație, la două luni după operație, va evalua necesitatea unor sclerozări complementare ale varicelor restante.