

## Phlebologische und Gefäßchirurgische Praxis Drs. Bihler und Christaller

Schön, dass Sie Ihre Operation nun gut überstanden haben!

Die folgenden Tipps sollen Ihnen die Tage nach der Operation erleichtern und helfen, Komplikationen zu vermeiden.

- ✓ **Heparinspritzen** bitte täglich einmal morgens spritzen oder spritzen lassen, ungefähr zur gleichen Uhrzeit und in der Regel noch 2 oder 3 mal nach dem ersten Verbandswechsel.
- ✓ Am operierten Bein sollten Sie tagsüber entweder einen langen **Kompressionsverband** oder –strumpf tragen. In den folgenden drei Nächten können Sie anstelle von Strumpf oder langem Kompressionsverband eine kurzen K-Verband bis unters Knie anlegen.
- ✓ **Insgesamt** sollte der **Kompressionsstrumpf 4 Wochen** nach der Operation tagsüber konsequent getragen werden. In den folgenden beiden Wochen können Sie sich dann den Strumpf langsam abgewöhnen, indem Sie ihn in größer werdenden Intervallen einfach weglassen. Wichtig ist der Strumpf immer bei längerem Sitzen oder Stehen, auch später beispielsweise bei langen Flug-, Bus- oder Autoreisen.
- ✓ In den ersten Tagen nach der Operation sollten Sie sich eher schonen, aber trotzdem immer wieder aufstehen und ein wenig umhergehen. In der Ruhephase Beine hochlagern und immer wieder im Sprunggelenk bewegen (Anregen der Muskelvenenpumpe). Nach 3-4 Tagen sind bereits kleine Spaziergänge erlaubt, nach 10 bis 14 Tagen die vorsichtige Aufnahme **körperlicher Belastungen** bis hin zu sportlicher Betätigung.
- ✓ **Leichte Beschwerden** und teils auch deutliche **Blutergüsse** sind durchaus normal. Sie können die mitgegebenen Tabletten oder leichte Schmerzmittel aus Ihrer Hausapotheke (z.B. Aspirin, Paracetamol, Ibuprofen, Diclofenac (Voltaren) o.ä.) einnehmen. Lokale Kühlung kann lindern, später können Heparinsalben die Rückbildung der Blutergüsse beschleunigen.
- ✓ Ein **Zwischenverbandswechsel** ist meist nicht erforderlich, jedoch immer eine sofortige Kontrolluntersuchung, wenn Beschwerden, Fieber, eine lokale Rötung oder Schwellung auftritt. Die **Fadenentfernung** findet 9 Tage nach der Operation statt und sollte bei uns erfolgen. Spätestens an diesem Tag werden wir Ihnen Ihren Kompressionsstrumpf verordnen und anpassen.
- ✓ Bereits am zweiten Tag nach der Operation können Sie **schon wieder duschen**, da wir Ihnen spezielle Folienpflaster angelegt haben. Bitte achten Sie beim Abtrocknen darauf, dass Sie die Pflaster nicht wegrubbeln und tupfen Sie über den Pflastern trocken.
- ✓ Bitte melden Sie sich am Tag der Fadenentfernung zu einer **Kontrolluntersuchung** in unserer Praxis an. Sie wird in der Regel **nach 2 bis 3 Monaten** durchgeführt und häufig mit einer Verödungsbehandlung zur Optimierung der Behandlungsergebnisses kombiniert. **Hierzu bitte unbedingt Ihren Strumpf und/oder einige Binden mitbringen.**

Gerne stehen wir Ihnen für Fragen und Anregungen zur Verfügung.

Wir hoffen, Ihnen den Ablauf rund um die Operation angenehm gestaltet zu haben und werden uns auch weiterhin für einen optimalen Fortgang einsetzen.

Das Praxisteam wünscht Ihnen eine rasche Genesung und gute Erholung!.