

# Pflegerische Entlassungsinformation

## Varizen Operation

### Schmerz

- ✓ ist ein natürlicher Schutzmechanismus des Körpers um vor körperlicher Überbelastung zu schützen.
- ✓ In den ersten Tagen nach einer Operation muss der Wundschmerz mit ausreichender Schmerztherapie beherrscht werden
- ✓ Ausreichende Bewegung ist wichtig um einer tiefe Beinvenenthrombose und Lungenembolie vorzubeugen
- ✓ Unsere Rezepte, können direkt in jeder Apotheke eingelöst werden

### Antithrombosestrumpf

- ✓ Tragen Sie den weißen Antithrombosestrumpf Tag und Nacht bis zur Nahtentfernung
- ✓ Der Antithrombosestrumpf kann täglich einmal für eine halbe Stunde ausgezogen werden
- ✓ Nach der Nahtentfernung ist für weitere 6 Wochen ein Kompressionsstrumpf zu tragen, dieser kann über Nacht ausgezogen werden.

### Verbandwechsel

- ✓ Wechseln Sie alle zwei Tage die Pflaster, diese sind in jeder Apotheke erhältlich
- ✓ Blutergüsse können nach der Operation auftreten und klingen meist innerhalb von sechs Wochen ab.
- ✓ Die Nahtentfernung findet um den 10.-12. Tag nach der Operation bei einweisendem Chirurgen oder in der Ambulanz statt. Das genaue Datum entnehmen Sie ihrem Arztbrief.

## Lifestyle

- ✓ Duschen ist ab der Nahtentfernung möglich, aber nicht länger als einige Minuten, da dadurch Beinschwellung und Blutergüssen begünstigt werden
- ✓ Saunagänge sind generell bei Venenleiden nicht empfohlen, ebenso Sonnenbäder und Solariumbesuche
- ✓ Rauchen Sie nicht.

## Bewegung

- ✓ Sie sollten sich körperlich schonen, Bewegung ist aber gut
- ✓ Achten Sie beim Sitzen darauf das operierte Bein nicht abzuwinkeln
- ✓ Aktivieren Sie regelmäßig durch Vorfuß hochziehen, ihre Muskelpumpe
- ✓ Beachten Sie den Grundsatz: „Besser gehen und liegen, als stehen und sitzen“

Bei gesundheitlichen Problemen wie stärker werdende Schmerzen, Entzündungen, Fieber gehen Sie bitte zu ihrem Hausarzt oder kommen Sie in unsere Ambulanz.