

Leefregels en instructies na een operatie aan een spatader (varices)

U bent opgenomen geweest op de afdeling dagverpleging van het Gemini Ziekenhuis, waar u een behandeling heeft ondergaan. Om het herstel na de behandeling te bespoedigen, is het belangrijk dat u weet wat u te wachten staat als u weer thuis komt. Hierna worden algemene en ingreep afhankelijke leefregels en instructies benoemd.

Algemene leefregels en instructies

- Het is belangrijk dat u na de behandeling voldoende rust neemt (24-48 uur).
- U mag alles weer eten.
- Indien u onder algehele narcose bent geholpen, moet u er rekening mee houden dat deze narcose pas na 24 uur volledig is uitgewerkt, daarom de volgende instructies:
 - U mag niet zelfstandig aan het verkeer deelnemen. U heeft dus begeleiding nodig, ook als u wilt fietsen, lopen of met het openbaar vervoer wilt gaan.
 - U mag geen mechanische of elektrische apparaten bedienen (ook niet in de keuken).
 - Neem geen belangrijke beslissingen.
- Na 24 uur mag u gewoon uw dagelijkse werkzaamheden hervatten.
- Na de behandeling is er altijd een kans dat er een complicatie optreedt; zie folder dagverpleging. Het is belangrijk dat u de eerste nacht **niet alleen** thuis bent!
- Als u voor nabehandeling naar het Flebologisch centrum in Alkmaar gaat, krijgt u daar verdere instructies mee.

Ingreep afhankelijke leefregels en instructies

- U kunt het drukverband/windsel/kous verwijderen na:
 1 dag 2 dagen 3 dagen
- U mag douchen, maar de eerste 48 uur alleen met een douchehoes.
- U mag niet baden in verband met verweking van de huid.
- De pleister mag u iedere dag verschonen, de wond deppen met betadine.
- Uw hechtingen worden na 10 tot 14 dagen verwijderd op de polikliniek.
- Bij hechtpleisters deze zo lang mogelijk laten zitten (10 dagen).
- U wordt geadviseerd na de behandeling veel te lopen, lang staan te vermijden en bij het zitten uw been hoog te leggen.
- Het is beter om enkele weken niet te sporten.

Pijnbestrijding volgens afspraak met de anesthesioloog

- Paracetamol 1000 mg (oraal/rectaal), 4 maal daags 1 tablet, maximaal 7 dagen.
- Naproxen 500 mg (oraal), 2 maal daags óf Ibuprofen 400 mg (oraal), 3 maal daags, maximaal 4 dagen.
- Mocht dat onvoldoende zijn dan kunt u 3 maal daags 50 mg Tramadol (Tramal®) innemen, maximaal 4 dagen. U krijgt hiervoor een recept mee naar huis.

Instructies als u de elastische kousen moet dragen in opdracht van de arts

- De elastische kous de eerste 48 uur niet uit doen. (dag en nacht aanhouden)
- Daarna draagt u de elastische kous gedurende 1 week alleen overdag.
- De arts bepaalt of u de elastische kous langer moet dragen.
- De arts bepaalt of u steunkousen moet dragen.

Vragen?

Bij vragen en/of problemen kunt u de eerste avond en nacht via de centrale contact opnemen met de afdeling Spoedeisende Hulp, telefoon (0223) 69 69 69.

Hierna kunt u bij vragen en/of problemen tijdens kantooruren contact opnemen met polikliniek Chirurgie, telefoon (0223) 69 62 37.