

**Leefregels en instructies na een
behandeling van varices**
(methode EVLT met laser)

U bent opgenomen geweest op de afdeling dagbehandeling 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 de 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!

Ingreep afhankelijke leefregels en instructies

- De witte elastische kous moet u de eerste 48 uur na de operatie dag en nacht dragen. Daarna mag de kous uit en mag u ook de pleisters verwijderen. Indien nodig kan u er nog nieuwe pleisters op plakken. De hechtpleisters laat u zitten tot ze er vanzelf afvallen. (meestal na 3 tot 5 dagen).
- Na 48 uur doet u nog 1 week, alleen overdag, uw eigen kous aan, langer mag.
- Na 48 uur mag u weer douchen. Dep de hechtpleisters voorzichtig droog daarna.
- Het is de bedoeling dat u zoveel mogelijk gaat lopen.
- Na ongeveer twee dagen kunt u een pijnlijk trekkend gevoel krijgen op de plek waar de spatader liep. Dit is normaal en trekt na zeven dagen weg.
- De eerste 4 weken na de behandeling kunt u beter niet in de directe zon gaan met het been. Dit kan een (blijvende) verkleuring geven van de huid.
- Afhankelijk van het werk dat u doet kunt u na 1 of 2 dagen weer aan het werk.
- De eerste week na de behandeling mag u niet intensief sporten.

Pijnbestrijding volgens afspraak met de anesthesioloog

- O Paracetamol 1000 mg (oraal/rectaal), 4 maal daags 1 tablet, maximaal 7 dagen.
- O Naproxen 500 mg (oraal), 2 maal daags óf Ibuprofen 400 mg (oraal), 3 maal daags, maximaal 4 dagen.
- O 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.

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.