

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** zur Thromboseprophylaxe bekamen Sie am OP-Tag und am Folgetag in unserer Praxis verabreicht. Im Falle eines höheren Thromboserisikos werden wir Ihnen individuell weitere Spritzen verordnen und Sie zur Handhabung informieren.
- ✓ 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 einen kurzen K-Verband bis unters Knie anlegen.
- ✓ **Insgesamt** sollte der **Kompressionsstrumpf ca. 3 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 weglassen. Es ist sinnvoll, den Strumpf auch weiterhin bei längerem Sitzen oder Stehen, beispielsweise bei langen Flug-, Bus- oder Autoreisen zu tragen.
- ✓ 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 1-2 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, gerne bei uns, statt.
- ✓ Bereits am zweiten Tag nach der Operation können Sie **schon wieder duschen**, da wir Ihnen spezielle Folienpflaster angelegt haben.
- ✓ Eine **Kontrolluntersuchung** werden wir **nach 9 bis 10 Monaten** durchführen. **Hierzu bitte unbedingt Ihren Strumpf und/oder Binden mitbringen**, da zur Optimierung des OP-Ergebnisses eine Verödungsbehandlung ggf. erfolgen kann.
- ✓ **Nach Operationen mit innerer Verschweißung** wird die kranke Vene vom Körper abgebaut, was zu leichter Druckempfindlichkeit oder muskeltäterähnlichen Symptomen führen kann. Diese Symptome sind völlig normal – machen Sie sich keine Sorgen!

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!