

Recomendações do Pós-operatório

CIRURGIA DE VARIZES

1. Você deve permanecer com as pernas enfaixadas por 24 horas.
2. No dia seguinte, em casa, após permanecer 24h enfaixada (o), pode tomar banho e não retire os curativos, caso tenha, esses devem ser retirados em 5 dias. Retire as faixas com ajuda e sentado (a). É normal sangrar ou mal estar, não se assuste
3. Após o banho, passar as pomadas (descritas na receita) nos hematomas, descansar por 20min com as pernas elevadas e calçar a meia elástica.
4. Após o segundo dia, movimentar-se normalmente, sempre respeitando seu limite de dor. Caso apresente dor: elevar os membros.
5. Retire a meia elástica todos os dias à noite antes de dormir. Não durma com as meias.
6. Evite ficar sentada (o) com as pernas para baixo ou parada (o) em pé por muito tempo.
7. Iniciar o uso da pomada no dia seguinte à cirurgia, podem ser passados por cima das incisões e dos curativos (caso você tenha e sejam microporados, adesivos plásticos não necessitam de pomada).
- ** 8.** Caso os hematomas estejam endurecidos, ou com caroços, e muito doloridos, fazer compressa morna (pode ser com bolsa de água quente) por alguns minutos antes de aplicar pomada, de 2 a 4 x/dia, pois além de diminuir a dor e melhorar mais rápido, diminui a chance de manchar a pele. É essencial massagear essas áreas mais endurecidas com movimentos circulares e com alguma pressão, mesmo que estejam doloridos.

*** OBSERVAÇÕES:**

- Roxos, manchas na pele, hematomas, pequenos sangramentos, nodulações (caroços) dolorosos, edema leve, dor moderada e formigamentos discretos são normais e esperados.
- Sangramentos volumosos, febre, saída de pus e inchaço importante com calor, vermelhidão, endurecimento e assimétrico não são esperados - nesses casos, entrar em contato no telefone fornecido em receita ou no whatsapp da clínica.
- Usar medicações conforme prescrição e não aplicar pomada nas virilhas. Caso tenha incisões nas virilhas é necessário manter a região sempre seca, às vezes, é necessário deixar com gaze seca nas regiões de dobras.
- Se possível fazer drenagem linfática 2xsemana começando no quinto pós-operatório. Uso de luz led, ultrassom,appings e bandagens podem ser necessários.

*** RETORNO ÀS ATIVIDADES:**

- Trabalho, atividades domésticas, caminhadas leves, subir e descer escadas muitas vezes ao dia: 02 dias
- Para dirigir: 03 dias
- Atividades esportivas intensas: 15 dias
- Tomar Sol ou entrar em água/piscina/mar: 1 a 2 meses

Boa Recuperação!