



Capiro Fundación Jiménez Díaz

Servicio de Cirugía Vascular Cirugía de Varices



Departamento Marketing Capiro Sanidad, Abril 2010

75
AÑOS
junto al paciente

Avenida de los Reyes Católicos, 2
28040 Madrid - Tel. 91 550 48 00

www.fjd.es

Servicio de Cirugía Vascular Cirugía de Varices



CONSEJOS PARA DESPUÉS DE LA INTERVENCIÓN

Estimado Paciente,

Durante su estancia en el hospital ha sido usted sometido a una cirugía de varices.

Después de la intervención le serán colocadas las dos medias elásticas que usted mantendrá puestas durante 4 días, sin quitárselas ni siquiera por la noche.

- El 5º día podrá quitarse las medias, tomará una ducha para lavar la pierna operada con agua y jabón y se pondrá una sola media que llevará puesta todo el día, quitándosela únicamente para dormir.
- A partir del 5º día usted podrá ducharse a diario con normalidad.

PRECAUCIONES PARA PROTEGER SU CIRCULACIÓN VENOSA

- Evite estancias prolongadas de pie, sentada o con las piernas cruzadas.
- Procure usar su media elástica, siempre que pueda y sobre todo en viajes.
- Si quiere realizar ejercicio elija aquellos que no supongan un esfuerzo importante para sus piernas. Son recomendables: la natación, el ciclismo, y la marcha (paseo).
- Sobre todo en verano son recomendables las duchas alternantes frías-calientes.

Si tiene una incisión en la ingle durante los 15 días la curará a diario lavándola con un poco de agua y jabón y aplicando betadine.

- Una vez en su domicilio, puede iniciar sus actividades habituales, aumentándolas progresivamente hasta alcanzar la normalidad, al cabo de unos días.
- Es frecuente después de la operación notar zonas duras en el trayecto donde se han extirpado las venas varicosas. Irán desapareciendo en el curso de algunas semanas.
- Igualmente puede notar algunas zonas de piel "dormidas", sobre todo en el borde del pie y en el tobillo.
- En el informe de alta que le será entregado, se le informará del día y la hora en que será visto/a en consulta para valorar la evolución y aclarar sus dudas, si las hubiera.

- Evite someter a sus piernas a un calor excesivo.
- Procure mantener un peso adecuado a su estatura y lleve una alimentación sana, natural y variada.
- La exposición prolongada al sol no es recomendable en ningún caso, pero de forma especial durante los meses siguientes a la cirugía, pudiendo producir, entre otras cosas, una hiperpigmentación de las cicatrices quirúrgicas.

**Servicio de
Cirugía Vasculuar
Cirugía de Varices**