

CONSEILS DE SORTIE APRES CHIRURGIE DES VARICES

Vous sortez de la clinique après une opération des varices.

Voici quelques conseils et recommandations.

Vous avez un rôle à jouer dans la surveillance et l'évolution post-opératoire.

❖ **Le bas de contention.**

- Il limite les hématomes et contribue à la prévention d'une phlébite.
- Mis au bloc opératoire et à garder la première nuit.
- Le lendemain matin, enlevez le bas, prenez une douche et remettez un bas propre.
- Puis le porter pendant la journée seulement et pendant 3 semaines.



❖ **Les anticoagulants.**

- Ils préviennent la survenue d'une phlébite. La phlébite est un caillot de sang qui se forme dans une veine de la jambe, favorisé par l'immobilisation.
- La première injection est faite à la clinique avant la sortie.
- Puis une injection par jour à domicile pendant 10 jours, par un(e) infirmier(e) ou par vous-même.
- Nécessité d'une surveillance par 2 prélèvements sanguins pour dosage des plaquettes. Il faut arrêter les injections de Lovenox® si les plaquettes baissent au-dessous des valeurs normales.



❖ **Les cicatrices.**

- Certaines incisions sont si petites qu'elles n'ont pas nécessité de fils.
- Les hématomes peuvent s'évacuer par les micro-incisions et traverser le bas de contention puis tacher la bande. Cela est fréquent pendant les premières heures et ne doit pas vous inquiéter.
- D'autres incisions ont été refermées par des fils qui seront enlevés au 7^{ème} jour par un(e) infirmier(e), à domicile.

❖ **Les hématomes.**

- Ils sont habituels.
- Pour favoriser leur résorption, vous pouvez appliquer la pommade prescrite, matin et soir.

❖ **La convalescence.**

Hygiène de vie :

- La douche est autorisée et même conseillée.
- Le bain est contre-indiqué avant la cicatrisation complète.
- Vous devez marcher. Une activité légère est recommandée dès la sortie de la clinique.
- Reprenez progressivement vos activités quotidiennes en fonction de vos sensations.
- Attendez 3 à 4 semaines pour la reprise du sport.



Postures :

- Evitez la station debout trop statique (cuisine, repassage,...).
- En position assise, pensez à surélever la jambe opérée.
- Ne croisez pas les jambes.

En cas de besoin, nous sommes à votre disposition.

Service Médical d'Urgences de la clinique : 01 30 72 35 17

Consultation de Chirurgie Vasculaire : 01 30 72 33 17

Consultation d'anesthésie : 01 30 72 35 07 / 35 29

