

ISTRUZIONI PER IL PAZIENTE CHE SI E' SOTTOPOSTO A TRATTAMENTO LASER ENDOVENOSO (EVLT), MICROFLEBECTOMIE E/O SCLEROTERAPIA

Al Sig.ra/Sig. _____

1. Che cosa ci si aspetta dopo l'intervento

Si può manifestare qualche fastidio (per esempio dolori, crampi, bruciori) quando l'effetto dell'anestesia locale svanisce nell'arco di qualche ora.

Può esserci qualche livido o, a volte, vi è una notevole quantità di lividi nella coscia mediale (nel caso di trattamento della vena grande safena) o a livello del polpaccio (nel caso di trattamento della vena piccola safena).

Non allarmatevi! Questo è normale. I lividi generalmente si risolvono in 7-15 giorni. Potrebbero comparire dei gonfiori alla coscia e alla gamba. Questo di solito si verifica immediatamente e può persistere per diversi giorni a causa di una infiammazione provocata dal calore del laser.

Se sono state effettuate microflebectomie (micro-incisioni di 1-1,5 mm), la calza può macchiarsi di sangue. Non allarmatevi in tale caso, se la macchia è piccola e stabile. Non rimuovete la calza!

L'assunzione di un anti-infiammatorio contribuisce a diminuire il gonfiore e ridurre il rischio di flebite (infiammazione delle vene).

Assumete **sempre**:

- **l'antinfiammatorio prescritto 2 volte al dì (non superare il dosaggio consigliato in un periodo di 24 ore), per un minimo di sette giorni a partire dal giorno della procedura se non allergici a tale farmaco sino a 20/30 giorni. In caso di allergia nota, chiedete al vostro medico di famiglia quale assumere.**

Non attendete di avere dolore prima di assumere l'antinfiammatorio!

Continuate ad assumere un anti-infiammatorio anche se non si manifesta alcun dolore. Tale farmaco, potendo essere gastrolesivo, non deve essere assunto se è presente gastrite o ulcera gastrica/duodenale in atto. Ricordarsi di assumere l'anti-infiammatorio sempre dopo i pasti per evitare disturbi di stomaco. Se necessario aggiungere in terapia un protettore gastrico.

Dal giorno successivo all'intervento si può sentire un cordone duro che si estende dall'inguine sull'interno coscia, scendendo verso il polpaccio interno dove si trova la vena grande safena (VGS). Questo è normale.

Se si è stati sottoposti a EVLT della vena piccola safena (VPS), si può sentire un cordone duro posteriormente al centro del polpaccio e inferiormente ad esso. A volte queste zone (coscia, polpaccio) possono essere dolenti, e si può verificare una sensazione di tensione o si "sente tirare". Anche questo è normale. Nel caso in cui sono state effettuate delle microflebectomie, può fuoriuscire dal micro-accesso un "filino". Non preoccupatevi! E' tessuto del derma o ipoderma.

Nel caso in cui sia stata eseguita una scleroterapia, si possono palpare dei "nodulini". Sono le vene sclerotizzate che diventano "dure" e possono essere dolenti nei primi giorni o per qualche settimana (in genere una/due).

In ultima analisi, questi disturbi si risolvono generalmente nelle successive settimane, raramente in mesi. Si verificano maggiormente tali disturbi quando ci si sveglia la mattina, durante i periodi di inattività che si verificano durante il corso della giornata e dopo prolungata stazione eretta.

Camminare aiuta a diminuire questi disturbi. Non esporsi assolutamente a fonti di calore per evitare una infiammazione ulteriore delle vene trattate.

E' normale poter vedere ancora un po' le vene varicose dopo una procedura EVLT o scleroterapia (cordone indurativo) particolarmente nei soggetti magri. Ci vuole tempo perché le vene trattate con laser (EVLT) o scleroterapia svaniscano (per riassorbimento); una parte dei pazienti richiedono trattamenti di scleroterapia anche dopo una procedura EVLT per chiudere piccole vene collaterali, particolarmente a livello dei segmenti distali (verso il piede) della gamba.

2. Attività:

Camminare il più possibile dopo la procedura (per almeno 30 minuti). Bisogna camminare minimo tre volte al giorno per almeno 20-30 minuti, nei primi tre giorni. Dal quarto al settimo giorno, si deve camminare quattro volte al giorno per almeno 20 minuti ogni volta.

Non bisogna correre, saltare, fare aerobica o sollevare pesi superiori a 5 chilogrammi per 10-16 giorni (raccomandati 30 gg!).

È possibile utilizzare un tapis roulant, ellittica o cyclette: tuttavia, non si deve applicare alcuna resistenza sulle macchine suddette. Non eseguire sport o lavori che comportano sforzi nei primi 15 giorni per evitare possibili dolori (anche intensi!).

Quando si sta seduti per lunghi periodi o durante lunghi viaggi, bisogna flettere il piede (esempio: fingere di premere con il piede l'acceleratore dell'auto) per far lavorare i muscoli del polpaccio e favorire il circolo del sangue (circolazione venosa) nella vostra gamba e, se possibile, bisogna camminare.

3. Calza elastica e ghiaccio:

Usare la calza elastica ininterrottamente giorno e notte per 4 giorni consecutive (giorno e notte) dopo EVLT o scleroterapia; in questo ultimo caso, non bisogna rimuovere le bende/calza prima di 72 ore a meno che non ci siano dolori o prurito intense (dovuto al cerotto).

Dopo 4 giorni da EVLT o scleroterapia, rimuovere le medicazioni (se applicate) e l'eventuale bendaggio tirando giù la calza elastica. Riapplicare la calza come prima e rimuoverla solo prima di andare a dormire; la calza, deve essere immediatamente indossata la mattina al risveglio e mantenuta per tutta la giornata.

Si raccomanda, tuttavia, di indossare la calza elastica per almeno trenta/quaranta giorni, e comunque per il tempo necessario che valuterà il Chirurgo che ha effettuato la procedura. La gamba potrà essere dolente i primi giorni e, pertanto, tirando via la calza ogni giorno può favorire la persistenza di un certo disturbo (dolore). Si può effettuare la doccia (tiepida) tre giorni dopo l'intervento. Si può anche scegliere di tenere la calza ed effettuare la doccia o dormire con la stessa indossata.

Indossare nuovamente la calza sempre mediante l'apposito introduttore che facilita la procedura. Se l'attività lavorativa del paziente richiede di rimanere in piedi per lunghi periodi di tempo (ad esempio gli infermieri, insegnanti, parrucchieri, operai, camerieri, etc) è consigliabile indossare sempre la calza per avere un maggiore e

continuo supporto al circolo venoso delle gambe, riducendo così eventuali disturbi (pesantezza).

Nel caso in cui si desideri effettuare la doccia con la calza, è possibile coprire la calza stessa con un sacco grande (tipo quello della spazzatura) e con un nastro da imballaggio trasparente.

4. Pulizia dei siti di incisione:

Lavarsi le zone di incisione, se presenti, con acqua tiepida e sapone una volta al giorno e asciugare tamponando (senza sfregare). Non bisogna applicare unguenti, lozioni o creme sulle sedi di incisioni, salvo se diversamente indicato dal proprio Chirurgo. Si può coprire ogni piccola incisione con un cerotto. Le microincisioni presenti, se pur piccole, vanno curate come sopra descritto; a volte, per caratteristiche intrinseche della cute, possono cicatrizzare male e dare luogo a segni dicromici e/o ispessimenti circoscritti (cheloidi).

5. Guida dell'auto:

Evitare di guidare per 24 ore dopo la procedura a meno che non venga dato il consenso dal Chirurgo. I farmaci che sono stati somministrati in fase preoperatoria possono provocare sonnolenza e alterare i riflessi. Evitare, inoltre, di guidare se si stanno assumendo farmaci che alterano lo stato di vigilanza (es. farmaci antidolorifici "stupefacenti", etc).

6. Ritorno alle normali attività quotidiane:

Si può tornare al lavoro 1-3 giorni dopo l' EVLT e/o la scleroterapia, a seconda di come ci si sente. Solitamente i pazienti hanno bisogno di un solo giorno di riposo.

7. Farmaci:

Riprendere i propri farmaci immediatamente dopo l'intervento.

Assumere un anti-infiammatorio come sopra indicato (se non controindicato). Tra i prodotti omeopatici si può assumere l'Arnica che è un integratore a base di erbe capace di diminuire il dolore grazie al suo potere antinfiammatorio. Si può usare Arnica sotto forma di pillola sublinguale preferibile rispetto alla crema topica.

8. Precauzioni:

NON usare mai una coperta elettrica, esporsi al calore (stufa, camino, sole) o effettuare un bagno caldo per almeno 2 settimane, se non diversamente indicato. Rimanere distanti da fonti di calore (es. forno -fornai, pizzaioli, etc.-) per almeno 2 settimane. Il calore dilata le vene e può favorire la riapertura delle vene occluse me d ia nte EV LT e /o a mp lifica re l' infia mma z io ne c re a tas i pe r il la s e r stesso o favorire una flebite sulle vene della gamba o sulle vene trattate con scleroterapia.

Utilizzare il ghiaccio all'inguine e coscia interna se viene trattata la Vena Grande Safena (VGS) o al cavo popliteo/polpaccio se viene trattata la Vena Piccola Safena (VPS) per i primi quattro giorni almeno; nelle prime 24 ore dopo l'intervento, applicare il ghiaccio per 15-20 minuti con 3 ore di tempo libero, più volte al giorno.

9. Follow-up:

E' necessario, dopo l'intervento EVLT, effettuare i controlli ecografici a 7-10 gg., 40 gg., 3 mesi, 6 mesi, 12 mesi, in modo da monitorare l'evoluzione e la fibrotizzazione o il progressivo riassorbimento dei vasi venosi trattati.

Durante questa ecografia, tutte le vene trattate vengono esaminate e si discute, inoltre, di eventuali trattamenti aggiuntivi di rifinitura da effettuare con laser o scleroterapia. Per l'appuntamento relativo alle visite di controllo si può chiamare al numero 3296722261 nelle ore di ufficio.

Per eventuali problemi o preoccupazioni chiamare il Dr. Baraldi al numero 3407143885.

NOTE:

Non bisogna allarmarsi o entrare nel panico se entro le prime 24 ore c'è fuoriuscita di gocce di sangue o siero dall'incisione o sito di introduzione della fibra laser o sedi di microincisioni. Il sanguinamento è probabile che accada nel giorno della vostra procedura, soprattutto durante o dopo aver camminato. Lividi sono frequenti dopo la procedura e possono essere anche visivamente consistenti. Non sono, inoltre, inusuali sentire il cordone (vena occlusa con laser o scleroterapia), sentire tirare e avere zone più o meno dolorose (vene occluse che diventano come dei "noduli").