

## Råd till dig som behandlas för åderbråck

En åderbråcksoperation innebär att man avlägsnar delar av det ytliga vensystemet i benet på så sätt att dessa utvidgats och inte fungerar normalt (vener är de blodådror som för blodet tillbaka till hjärtat). Det vanligaste ingreppet innebär att man avlägsnar den långa åder som går mot lumsken med hjälp av en i kärlet införd plasttråd (stripping). Ett liknande ingrepp utförs ibland på underbenets baksida. Ibland avlägsnas andra åderbråck på benet via separata små snitt. Operationen görs som dagkirurgiskt ingrepp.

**Vid mottagningsbesök inför operationen tas mått så du kan beställa en stödstrumpa som passar det ben som ska opereras. Strumpan ska täcka hela benet. Stödstrumpan beställer du från Apoteket i god tid innan operationen.**

Efter hemkomsten är det viktigt att tänka på följande:

1. Redan operationsdagen bör du vara uppe och gå. Att komma igång tidigt innebär erfarenhetsmässigt ett snabbare läkningsförlopp och det minskar också risken för blodpropp i benet. Om så kallad "stripping" har utförts uppstår ofta en (ibland ömmande) strängformad svullnad under huden från lumsken och nedåt. Denna består av levrat blod som försvinner så småningom.
2. Efter operationen får du benet lindat. Bindan byts ut till din stödstrumpa före hemgång. Strumpan ska användas hela dygnet under 2 veckor eller tills ev. stygn tagits bort. Du bör därefter använda den måttanpassade strumpan dagtid under ytterligare 4-8 veckor eller tills svullnaden helt har försvunnit.
3. När du sitter ska du ha benet i högläge. Detta gäller under de närmaste veckorna efter operationen och är viktigt för att motverka onödig svullnad av benet. Första natten kan du gärna lägga några kuddar under benet i sängen så att benet hålls högt.
4. Vanligtvis är huden sydd med stygn som försvinner av sig själv. Förbanden kan bytas om de blir blodiga. Om du har blivit sydd med stygn som ska tas bort bör det ske efter 10-14 dagar.
5. Håll stödstrumpan eller den elastiska bindan torr. Duscha eller tvätta benet med tvål och vatten då förbanden tagits bort.
6. Normal sjukskrivningstid är 1 – 2 veckor. Det är viktigt att du är aktiv och går mycket under sjukskrivningstiden.
7. I normalfallet behövs inget återbesök. Är det något du undrar över kan du ta kontakt med vår mottagning på telefonnummer 063-670 20 00 för råd. Vid akuta problem kan du naturligtvis vända dig till Akutmottagningen på sjukhuset.

Östersund 2010-05-12, Ulf Wredhammar, specialist i kärlkirurgi