

MOBILISATION

Il est recommandé de :

- ~ éviter la station debout ou assise "statique" (= sans bouger) de façon prolongée
- ~ marcher 5 minutes toutes les heures et d'augmenter progressivement le temps de marche jusqu'à récupération d'une activité normale (\pm au bout de 3 semaines)
- ~ éviter de conduire la voiture pendant 15 jours
- ~ ne pas pratiquer de sport pendant 1 mois

CONSIGNES POUR LE RETOUR

Les consignes pour le retour vous seront communiquées par le personnel soignant. Il est conseillé d'être accompagné pour le retour. Assurez-vous d'avoir des antidouleurs en suffisance (Dafalgan, Panadol, Efferalgan, Perdolan mono...).

Attention : pas d'Aspirine ni dérivés : Dispril, Aspégic...

SUIVI

Une visite de contrôle chez le chirurgien sera programmée après 6 semaines.

Rendez-vous : le.....à..... h

N'oubliez pas d'emporter cette brochure le jour de votre intervention !



HÔPITAL DE JOUR CHIRURGICAL

Clinique CHC Hermalle
rue Basse Hermalle 4
B-4681 Hermalle /s Argenteau
Tél. 04 374 73 50

Clinique CHC Heusy
rue du Naimeux 17
B-4802 Heusy
Tél. 087 21 36 70

Clinique CHC MontLégia
bd Patience et Beaujonc 2
B-4000 Liège
Tél. 04 355 43 10

Clinique CHC Waremme
rue de Séllys-Longchamps 47
B-4300 Waremme
Tél. 019 33 94 01

S4_72esdpatvaric1

LES VARICES

Une varice est l'association d'une dilatation et d'une élongation d'une veine superficielle des membres inférieurs. Il existe différents types de varices et celles-ci peuvent dépendre de différents territoires : grande saphène; petite saphène; varices atypiques.

Les veines sont pourvues d'un système valvulaire permettant le passage du sang dans un seul sens : des pieds vers la tête. Lorsque le jeu valvulaire ne fonctionne plus (âge, sexe, sédentarité, histoire familiale, grossesse...) l'insuffisance veineuse s'installe, puis les varices.



EN QUOI CONSISTE L'INTERVENTION ?

La saphénectomie consiste à enlever la veine principale par une incision au pli de l'aîne et/ou au pli poplité (creux du genou) et à la cheville.

La veine est ensuite retirée au moyen d'un guide par ces incisions. Souvent, on pratique plusieurs incisions par lesquelles on retire les varices. Même si la veine superficielle est enlevée, le sang continuera à circuler dans la jambe en empruntant d'autres veines situées plus profondément dans la jambe.

PRÉPARATION LE JOUR DE L'INTERVENTION

- > Respectez les consignes d'hygiène reprises dans le document "Hygiène corporelle préopératoire". Il vous sera remis chez l'anesthésiste ou en consultation préopératoire.
- > La jambe opérée sera rasée entièrement ainsi que le pubis.

DURÉE DE L'INTERVENTION ET PASSAGE EN SALLE DE RÉVEIL

Environ 2h (ou plus selon l'abondance des varices).

APRÈS L'OPÉRATION

- > Votre jambe est entièrement bandée.
- > Les pieds du lit sont surélevés.
- > N'hésitez pas à prévenir le personnel soignant :
 - si vous avez mal, des antidouleurs sont prévus
 - si vous constatez des saignements au niveau des pansements
- > Dès que votre état le permet, vous pouvez vous lever et effectuer quelques pas avec l'aide du personnel soignant.



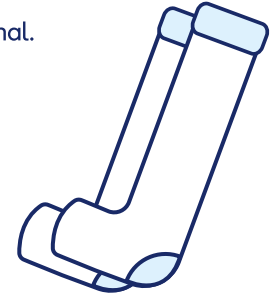
PANSEMENTS

- > Vos pansements seront changés par le
- > Ils seront remplacés par des bas "antistase" ou des bandes élastiques.
- > Les fils utilisés sont à enlever au 8^{ème} jour postopératoire par le médecin généraliste.

LES BAS "ANTI-STASE" OU LES BANDES ÉLASTIQUES

Ils servent à maintenir une pression constante sur les muscles des jambes, ce qui évite l'engorgement :

- > vous devrez les porter jour et nuit pendant 1 semaine, ensuite la journée jusqu'au
- > les bas ne doivent pas former de plis, ni serrer à aucun niveau de la jambe (cheville, genou...)
- > si vous enlevez les bas, il est important de rester 30 minutes jambes étendues avant de les enfiler
- > il y aura des hématomes (des "bleus"), ceci est normal. Ils se résorberont au fil des semaines.



HYGIÈNE DE VIE

Il est recommandé de :

- > lorsque vous êtes assis(e) :
 - ne pas croiser les jambes
 - ne pas laisser pendre les jambes
- > dormir de préférence avec les pieds du lit surélevés (soit blocs sous les pieds du lit, soit traversin sous le matelas)
- > ne pas porter des vêtements trop serrés, des bas au genou, des bottes...
- > éviter les expositions directes au soleil et/ou banc solaire pendant 6 mois
- > protéger les cicatrices avec de l'écran total
- > éviter les bains chauds, les sources de chaleur (chauffage, bouillotte...)

Vous pourrez prendre une douche tiède à partir du

