



## 微創整合式靜脈曲張治療後的保養與防範

### 一、彈性繃帶壓迫治療準則：

- (一)在治療日後 1 至 2 天，移除局部壓迫敷料，並使用彈性繃帶壓迫，但不要碰水，3 天可碰水。
- (二)日夜連續纏著彈性繃帶，至少 3 天到 1 星期，會有最佳治療效果。
- (三)追蹤時醫師會有更好建議。

### 二、治療後注意事項：

- (一)治療後，視恢復情況，需觀察 10 至 30 分鐘便可活動返家。
- (二)星期內避免劇烈運動及背重物。
- (三)2 天內停止阿斯匹靈等血小板抑制劑。
- (四)治療後避免持續坐著或站立太久，如果到醫院的車程超過 30 分鐘，最好由家人或友人陪伴，開車前往，方便患者在車上維持腿部活動；如果是搭乘大眾捷運或公車時，也請在車上稍微運動腿部。
- (五)可以回復正常的活動、生活與工作，但是避免站立時間太長，每天維持至少 1 小時的散步。坐及睡覺時下肢體墊高。
- (六)移除局部壓迫敷料後 2-3 天，可以進行淋浴。洗完澡後也要用冷水降低腿部溫度。但兩週內請不要浸浴或泡溫泉。
- (七)術後藥物，醫師通常會開給普拿疼等止痛藥，可於早、中、晚及睡前各服用一次，如果不疼痛就不須服藥。
- (八)回診時間在 2 天至一星期內進行回診，讓醫師檢視傷口癒合情形。
- (九)如有傷口及腳部異常疼痛、大量滲血或任何身體異常不適（如發燒等），要立即與醫師聯絡。
- (十)日後工作若需長久站立或久坐 可在醫師建議下穿預防性彈性襪。