**مراقبت های بعد از عمل جراحی رگ های واریس**

مراقبت های بعد از عمل رگ های واریس اهمیت زیادی دارد و بسته به نوع درمان این مراقبت ها متفاوت هستند. اما برای بهبودی سریعتر حتما به نکات زیر توجه کنید :

* بعد از جراحی واریس ممکن است پانسمان به مدت یک الی دو روز بر روی زخم باقی بماند به دلیل اینکه احتمال خونریزی وجود دارد.
* تا زمان بهبودی کامل زخم ها از رفتن به استخر و حمام خودداری کنید.
* بعد از عمل باید به مدت سه روز جوراب واریس بپوشید. البته لازم بذکر است که در هنگام خواب و حمام کردن آنها را در آورید.
* از نشستن و ایستادن طولانی مدت خودداری کنید.
* در صورت داشتن خونریزی می توانید پای خود را بالا بگیرید.
* اگر میزان خونریزی با وجود بانداژها زیاد بود حتما به پزشک خود مراجعه کنید.
* به مدت دو هفته بعد از جراحی از انجام فعالیت های سخت و بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
* برای جلوگیری از ایجاد لخته خون حتما یک برنامه پیاده روی منظم داشته باشید.

نوشیدن مایعات سبزیجات و میوه جات برای جلوگیری از یبوست و بهبودی کامل اهمیت زیادی دارد..