



Zalecenia postępowania w owrzodzeniu żylnym

Owrzodzenie żyłne goleni wywołane jest zastojem krwi w kończynach. Dlatego BARDZO ważne jest:

1. Po pierwsze zwiększ aktywność – chodzenie, jazda na rowerze... co najmniej 1 godzinę dziennie bez zatrzymywania.
 - a. Idź do pracy zamiast jazdy samochodem. Zaparkuj lub wysiądź z autobusu wcześniej i zrób sobie spacer.
 - b. Rób przerwy w pracy aby pochodzić lub unieść nogi
2. Normalnie obciążaj kończynę i zginaj ją w kostce. Unikaj utykania podczas chodu.
3. Nie siedź ani nie stój przez dłuższy czas. Jeśli możesz unieś nogi do góry, lub połów się.
4. Schudnij. To naprawdę pomoże!
5. Skorzystaj z pomocy poradni leczenia ran, stosuj toaletę rany i odpowiednie opatrunki
6. Stosuj leki poprawiające krążenie żyłne np diosminy lub inne na zlecenie lekarza
7. Umów się do chirurga naczyniowego na konsultację i badanie USG doppler aby ocenić czy wymagasz leczenia zabiegowego lub operacyjnego.

Proponowany schemat postępowania z raną żylną:

1. 1 raz dziennie umyj nogę i ranę roztworem mydła manusan (1 nakrętka na miskę)
2. Osusz ranę jałowymi gazikami lub poczekaj
3. Zdezynfekuj ranę preparatem w spray'u np. Microdacyn
4. Nałóż na ranę i brzegi rany krem argosulfan
5. Nałóż jałowy opatrunek. W razie dużego wydzielania użyj dodatkowo opatrunek np. Zetuvit E
 - a. W poradni leczenia ran przewlekłych skorzystaj z doboru opatrunków specjalistycznych
6. Koniecznie stosuj dobrane przez lekarza wyroby o stopniowanym ucisku, lub bandażuj nogę od czubków palców do kolana bandażem elastycznym np. Codoban.
 - a. Pamiętaj o stopniowaniu ucisku, najciaśniej na stopie i okolicy kostki i stopniowo słabiej w kierunku kolana.
 - b. Po zabandażowaniu noga nie powinna boleć ani bardziej puchnąć. Jeśli tak się dzieje popraw bandaż

Przygotował dr n.med Michał Molski
Specjalista chirurgii naczyniowej i chirurgii ogólnej, flebolog

W Szpitalu ESKULAP wykonujemy pełen zakres zabiegów stosowanych w leczeniu owrzodzeń żylnych. W Centrum Medycznym ESKULAP oferujemy porady chirurgów naczyniowych oraz pomoc specjalisty w zakresie leczenia ran przewlekłych w zakresie opracowania rany, doboru i zmiany opatrunków. Takie postępowanie znacznie przyspiesza wygojenie owrzodzenia.

Niniejsza ulotka opisuje standardowe aspekty związane z chorobą i leczeniem. Nie jest jej celem zastąpienie profesjonalnej opieki, bądź też rozmowy pacjenta z lekarzem o chorobie i jej leczeniu. Postępowanie związane z chorobą i jej leczenie może się różnić w zależności od pacjenta oraz doświadczenia lekarza.