



## **Instrucciones posteriores al procedimiento de ablación endovenosa**

### **Actividad posterior al procedimiento:**

Camine con frecuencia después de realizado el procedimiento; no permanezca inactivo durante períodos prolongados. Esto ayudará a disminuir el riesgo de formación de coágulos sanguíneos y servirá para mejorar el flujo de sangre de su pierna. Como mínimo una caminata de 2 a 3 veces (de 15 minutos cada una) en el primer día posterior a la operación y luego a diario.

Durante las **primeras 48 horas**, mientras aún lleva colocado el vendaje, eleve la pierna preferiblemente en un ángulo de 90 grados, un mínimo de 3 a 4 veces por hora cuando no esté caminando durante treinta minutos. Permanecer largas horas de pie muy pronto le provocará inflamación e incomodidad; elevar la pierna reducirá la posibilidad de que esto ocurra.

**En los próximos días**, retome a sus actividades normales/regulares de manera gradual y según le sean tolerables.

La actividad aeróbica y otras formas de ejercicio (tales como caminar/correr, zumba, yoga, pilates, etc....) pueden retomarse a los **siete (7) días después** del procedimiento, si se siente cómodo al hacerlo.

### **Cuidados del vendaje posteriores al procedimiento:**

**Durante las primeras 48 horas**, debe mantener los vendajes y las medias en su lugar evitando que se mojen. Si el vendaje parece estar demasiado apretado, eleve la pierna para disminuir cualquier inflamación. Si continúa sintiéndose incómodo, llame a su médico.

**Después de 48 horas**, retire el vendaje/medias y puede ducharse.

Use diariamente las **medias de compresión prescritas durante dos (2) semanas**, quitándoselas solamente para dormir.

**Durante 2 semanas** no sumerja la pierna tratada en agua; **NO** se permiten bañeras, piscinas, jacuzzi, etc. Se permiten las duchas.

## Preocupaciones y molestias posteriores al procedimiento:

- ✚ Después del procedimiento es normal presentar moretones e incomodidad; estos se resolverán en las próximas 3 a 4 semanas. Informe a su médico de cualquier incomodidad o molestia que persista después de cuatro (4) semanas.
- ✚ Para la incomodidad, puede tomar cualquier AINE [Antiinflamatorios no esteroideos] (p. ej., **Motrin 600 mg**) cada ocho (8) horas. Consulte a su médico antes de tomar Motrin u otro AINE, en caso de tomar Aspirina, Plavix, Coumadin, Xarelto, Eliquis o Pradaxa, o si tiene antecedentes de hemorragia gastrointestinal. Continúe tomando Motrin o cualquier AINE, de ser necesario, durante 5 a 7 días después del procedimiento para disminuir la inflamación. Si no está seguro acerca de los medicamentos de prescripción libre o las interacciones con otros fármacos, consulte a su médico.
- ✚ No hay suturas; los pequeños orificios en la piel sanarán en las próximas dos (2) semanas.
- ✚ Es posible que note varios “**bultos**” después del procedimiento. Estos pueden ser blandos o no. No se preocupe por esto, dado que ocurre en 1 de cada 3 pacientes después de la realización del procedimiento. Se trata de segmentos de venas residuales con coágulos sanguíneos superficiales que no son peligrosos y que se resolverán de manera espontánea. **Masajee** (suavemente) **y aplique compresas calientes** en estas áreas varias veces al día. Si están blandas continúe tomando Motrin durante 1 a 2 semanas y póngase en contacto con su médico por cualquier inflamación o dolor persistente.
- ✚ Si experimenta supuración/**sangrado** a través del vendaje, aplique presión con una gasa usando dos (2) dedos y acuéstese con las **piernas elevadas**. Refuerce el vendaje de ser necesario. Por lo general esto detendrá el sangrado. **Si el sangrado continúa, llame de inmediato a su médico o diríjase a la sala de emergencias más cercana.**
- ✚ **Si hay un sangrado importante, fiebre, signos de infección o cualquier otro motivo de preocupación, póngase en contacto con su médico al (877) 430-7337 y diríjase a la sala de emergencias más cercana.**

## Viajes posteriores al procedimiento:

- Espere **una (1) semana** antes de volar o viajar una distancia larga (más de 2 horas), a menos que cuente con la autorización de su médico para viajar antes.
- Después de la realización del procedimiento, deberá acudir a la cita de seguimiento en 48 horas para realizarse un ultrasonido y una evaluación física.
- **Para cualquier pregunta o inquietud adicional, llame a su médico al (877) 430-7337 para recibir instrucciones adicionales.**