



Suonikohjujen vaahtoruiskutushoito

Laskimoiden vajaatoimintaa hoidetaan ruiskuttamalla niihin laskimorungon tukkivaa ainetta. Toimenpide kestää noin 30 minuuttia. Hoidossa tarvittavat tukisukat saatte sairaalasta. Vaahtoruiskutushoito ei vaadi sairauslomaa.

Toimenpiteeseen valmistautuminen

Toimenpidepäivänä saatte syödä ja juoda sekä ottaa säännölliset lääkkeenne normaalisti.

Suonikohjuhoitojen jälkihoito

Kävele suonikohjutoimenpiteen jälkeen 30 minuuttia siten, että pohjelihas supistuu. Vaihtoehtoisesti voit käydä toistuvasti varpaillasi ja nostaa kantapäät ilmaan. Hyppiminen ja ponnistelu on kielletty.

Vältä toimenpidepäivänä voimakkaita kumartumisia, työntämiä, nosteluita sekä tietoista hengityksen pidättämistä tai puhaltamista. **Yli 30 minuutin istuminen on kielletty toimenpidepäivänä.** Jaloittele välillä, mikäli kotimatka on pitkä.

Mikäli teille määrättiin **hoitosukka, sitä pidetään seuraavaan iltaan.** Tämän jälkeen sukan ja mahdolliset sidokset voi poistaa ja käydä **suihkussa. Sukan käyttöä jatketaan päivisin vielä 4 vuorokautta.** Painavaa tai huonosti istuvaa sukkaa ei tarvitse eikä saa käyttää. Osalle potilaista hoito tehdään ilman hoitosukkaa.

Saunominen, uiminen ja kylpeminen ammeessa on kielletty 5 vrk.

Hoidon jälkeen on hyvä kävellä ja liikkua normaalisti, mutta **viiden vuorokauden** tukisukkahoitojakson aikana **hikiurheilu** esim. kuntosaliharjoittelu on **kiellettyä.**

Jälkikipua esiintyy yleensä **muutaman päivän** ajan, johon voi ottaa tavallista kipulääkettä. Jos kipu särkylääkkeestä huolimatta jatkuu edelleen kovana, ottakaa yhteyttä oman paikkakunnan terveystieteiden keskuksen.

Mustelmat ovat tavallisia heti hoidon jälkeen. Hoidettujen suonien muhkuraisuus ja suonien kohdalla ihosta oleva tummuus ja kosketusarkuus ovat tavallisia ja johtuvat suoniin jääneestä vanhasta verestä, joka häviää kuukausien kuluessa. Kovettumia kannattaa "pehmittää" sormilla painamalla alkaen 10 vrk:ta toimenpiteen jälkeen.

Pitkiä lentomatkoja ei suositella 2 viikon aikana. Jatkossakin syvän laskimotukoksen vaaraa voi pitkällä lennoilla vähentää käyttämällä luokan II mukaisia tukisukkia.

Ota mahdolliset tukisukat mukaan jälki- tai lisähoitokäynneille mahdollisen lisähoidon varalta.