

## Duschen nach der Venenoperation?

### **Mit Kompressionsstrumpf - Kein Problem!**

Nach dem heute der gut gepolsterte und stramm sitzende Kompressionsverband an Ihrem Bein abgenommen wurde, gilt es ab sofort den Kompressionsstrumpf ununterbrochen, d.h. **Tag und Nacht** für 7 bis 10 Tage zu tragen. Dieser Strumpf bleibt also bis zu Ihrer Wiedervorstellung in unserer Praxis **ununterbrochen** an Ihrem Bein.

Um den Komfort während des Strumpftragens zu erhöhen, ist es Ihnen erlaubt **mit!!!** dem Kompressionsstrumpf ab sofort täglich zu duschen. Somit ist eine uneingeschränkte Hygiene möglich. Sie fühlen sich durch das tägliche Duschen frisch und tun gleichzeitig etwas Gutes für die Wundheilung. Um Ihnen den Sachverhalt ein wenig zu erklären, hierzu ein paar Informationen:

Zum Duschen lassen Sie den Kompressionsstrumpf wie bereits oben erwähnt an. **Ziehen Sie ihn also nicht aus.** Sie praktizieren sodann Ihre normale, gewohnte Hygiene z.B. Haare waschen, Einseifen etc. etc. Am Ende des Duschvorganges nehmen Sie die Handbrause und duschen den Strumpf von außen ab, damit die Seifen- und Shampooreste aus dem Textilgewebe herausgelöst werden. Sie beenden dann den Duschvorgang wie üblich. Nehmen Sie anschließend ein trockenes Handtuch und betupfen den Strumpf an Ihrem Bein von außen, damit dieser nun nicht mehr trieft. Der Strumpf wird dann an Ihrem Bein durch Ihre Hautkörperwärme, nach etwa einer Stunde trocken sein. Bei diesem Trockenvorgang entsteht eine relative Kühle an der Haut. Die Kühlung der Haut einerseits und das Trocknen des Strumpfes andererseits werden Ihren Heilungsprozess beschleunigen! Die gelegentlichen, sichtbaren Hämatome und gegebenenfalls die tastbaren Verhärtungen bauen sich dadurch erfahrungsgemäß schneller ab. Insofern ist das tägliche Duschen nach der Operation nicht nur möglich, sondern geradezu ärztlich, chirurgisch empfohlen! Durch dieses tägliche Duschritual stellt sich nicht nur ein körperliches Wohlbefinden ein, sondern Sie unterstützen mit dieser Aktion Ihren ganz persönlichen Heilverlauf. Das nasse Pflaster über der Leiste (falls vorhanden) sollten Sie alle 2 Tage selbst wechseln. Am Bein selbst unterlassen Sie bitte jegliche Manipulation. Nehmen Sie also keinen Strumpfwechsel, oder Pflasterwechsel dort vor.

Nun viel Spaß beim Duschen!

Ihr Praxisteam

Dr. med. Peter G. Friedl

Dr. med. Eberhard M. Rappold