

### NO CASO DE:

- Dor intensa que não alivie com a medicação prescrita;
- Febre (superior a 38°);
- Náuseas e vômitos frequentes;
- Hemorragia no local da cirurgia (penso com muito sangue);
- Vermelhidão, calor e edema (inchaço) no local operado.

**Pode contactar (em caso de urgência)**

**Telemóvel:** 968333897 (primeiras 24 horas)

**Linha SNS24:** 808242424

### ESCLARECIMENTO DE DÚVIDAS:

Telefone: 212 309 120

Horário para informações: 9h00 às 14h00

### HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO - UCA MONTIJO

**Dias úteis:** cirurgias programadas e consultas das 8h00 às 20h00.

**Aos sábados:** consultas não presenciais das 9h00 às 13h00.

*A equipa da UCA elaborou este folheto especialmente para si, com o objetivo de o informar sobre os cuidados no domicílio a prestar à sua criança/jovem.*

#### UNIDADE LOCAL DE SAÚDE DO ARCO RIBEIRINHO

Av. Movimento das Forças Armadas | 2834-003 Barreiro

Telefone: 212147300

E-mail: [admin@ulsar.min-saude.pt](mailto:admin@ulsar.min-saude.pt)

[www.ulsar.min-saude.pt](http://www.ulsar.min-saude.pt)

#### Unidade de Cirurgia de Ambulatório - Montijo

Rua Machado Santos, N.º 52/54 | 2870-351 Montijo

Telefone: 212 309 120, extensões 3217/3222

E-mail: [hmenfuca@ulsar.min-saude.pt](mailto:hmenfuca@ulsar.min-saude.pt)

## CUIDADOS PÓS-OPERATÓRIOS

### VARIZES

Unidade de Cirurgia de Ambulatório  
Montijo



## INFORMAÇÕES

**Alimentação:**

- Vai iniciar a sua alimentação ainda na Unidade;
- No domicílio deve cumprir uma dieta ligeira nas primeiras 24 horas e seguir as orientações médicas.

**Medicação:**

- É necessário tomar os medicamentos prescritos ou fornecidos para as dores;
- Deve retomar a medicação habitual, conforme indicação médica.

### Atividade:

- Não pode conduzir veículos ou máquinas nas primeiras 24 horas;
- Repouse com as pernas ligeiramente elevadas nas primeiras 24 horas. Nos dias seguintes deve mobilizar-se para realizar atividades básicas;
- Evite fazer esforços (levantar ou pegar em pesos);
- Reinicie a sua atividade, conforme indicação médica.

### Higiene:

- Na sua higiene tome precauções para não molhar o penso. Procure que este se mantenha sempre limpo;

- Se lhe forem colocadas meias elásticas, necessita de as manter até ir à consulta de cirurgia pós-operatório;
- As meias elásticas devem estar sempre esticadas, evitando a formação de pregas e dobras.

## RECOMENDAÇÕES

- Evite o traumatismo local;
- Use sapatos confortáveis, evitando saltos altos;
- O penso será feito no local indicado seguindo as indicações médicas;
- Depois de retirar os pontos tente não tomar banho com água muito quente, se tolerar pode terminar o seu banho com um jato de água fria nas pernas;
- Deve usar regularmente meias elásticas ou de descanso (aconselhe-se com o seu médico qual a pressão mais indicada);
- Evite fumar, pois atrasa o processo de cicatrização.

## É NORMAL

- Sentir algumas dores nas primeiras 24 horas;
- Sentir ligeiras náuseas ou tonturas;
- Algum edema (inchaço) e alteração da cor na região que foi operada;

- Ter dificuldades em andar e nas mudanças de posição.

**CONTACTO ÀS 24 HORAS**

Receberá um telefonema da Unidade às 24 horas após a cirurgia, para avaliar a sua recuperação.

## NOTAS

[illegible]