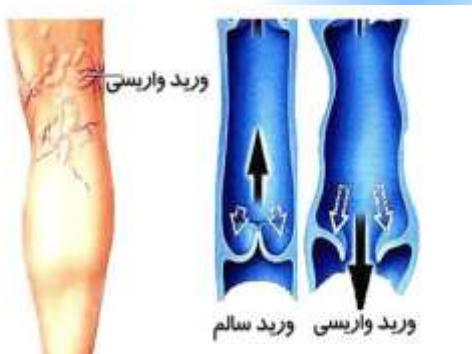




# واریس

گروه هدف: بیمار و خانواده



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز  
با تائید: دکتر نیکی تدین - فوق تخصص جراحی عروق  
تابستان ۱۴۰۲

## مراقبت های بعد از جراحی واریس:

- ❖ پانسمان فشاری و بانداز تا ۴۸ ساعت و طبق نظر پزشک معالج حفظ شود.
- ❖ بلافاصله بعد از عمل جراحی و هوشیاری کامل چند قدم راه بروید.
- ❖ تا ۴۸ ساعت و طبق نظر پزشک رانندگی نکنید.
- ❖ در صورت خونریزی از بانداژها، پاها بالاتر قرار داده شود و در صورت ادامه با پزشک معالج مشورت کنید.
- ❖ از انجام کارهای سنگین و بلند کردن اجسام سنگین خودداری کنید.
- ❖ استحمام بعد از ۴۸ ساعت و ترجیحاً با آب خنک طبق دستور پزشک معالج انجام شود.
- ❖ استخر سونا و جکوزی تا ۴۸ ساعت و تا زمان بهبودی کامل زخمها و طبق نظر پزشک معالج ممنوع می باشد.
- ❖ رژیم غذایی حاوی آنتی اکسیدان و میوه های قرمز رنگ باشد.
- ❖ جوراب های واریس را هر ۳ الی ۶ ماه طبق دستور پزشک تعویض کنید. در هنگام خواب از پا در آورید و با آب ولرم شستشو دهید و دور از حرارت مستقیم خشک کنید.
- ❖ بهتر است برای شروع فعالیت کاری و اقدامات دیگر و پوشیدن جوراب واریس با پزشک معالج حتماً مشورت شود.

منبع: کتاب برونر سوارث، ۲۰۲۲

صفحه پنجم

## انواع درمان جراحی واریس:

- ❖ **برداشت ورید:** در این روش شامل بستن رگ پیش از رسیدن به یک رگ عمقی و برداشتن رگ از طریق برش های کوچک می باشد.
- ❖ **فلبکتومی:** پزشک از طریق چند سوراخ کوچک پوستی رگ های واریس را بر می دارد. قبل از جراحی محل های لازم نشانه گذاری می شوند. در این روش از تزریق محلول بی حسی موضعی یا بی حسی نخاعی بر اساس نظر پزشک معالج استفاده می شود.
- ❖ **آندوسکوپي رگها:** در این روش از دوربین کوچکی که به زیر جلد رگها با کمک دوربین مشخص شده فرستاده می شود که در رگهای بزرگ استفاده می شود. در کسانی که زخم وریدی دارند استفاده می شود. البته در حال حاضر این روش با روش های جدید جایگزین شده است.

## عوارض احتمالی بعد از جراحی:

- ❖ عفونت
- ❖ خونریزی
- ❖ کیبودی
- ❖ آسیب عصبی که ممکن است موقت یا دائمی باشد.
- ❖ ایجاد لخته خون در وریدهای عمقی (DVT)
- ❖ تغییرات پوستی

صفحه چهارم

## تعریف بیماری واریس:

واریس به معنای پیچ خوردن و گشاد شدن و یا متورم شدن سیاهرگها می باشد که غالباً در اندام های تحتانی دیده می شود. سیاهرگها دارای دریچه هایی هستند که به بازگشت خون به سمت قلب کمک می کنند هنگامی که دیوار رگها ضعیف می شوند حالت کشسانی خود را از دست می دهند و دریچه های یک طرفه به خوبی عمل نمی کنند و با فشار آوردن به دیواره رگها باعث ایجاد وریدهای واریسی می شوند که غالباً به صورت رگهای آبی و بنفش در سطح پوست ظاهر می شوند.

## دلایل ایجاد واریس:

- ❖ عوامل ژنتیکی و سابقه خانوادگی
- ❖ افزایش وزن و چاقی
- ❖ افزایش سن
- ❖ بارداری
- ❖ بی حرکتی طولانی و ایستادن طولانی مدت
- ❖ مصرف قرص های هورمونی حاوی هورمون های زنانه مثل ضدبارداری
- ❖ جنسیت خانم
- ❖ سابقه ایجاد لخته خون در پا (DVT)

## علائم وریدهای واریسی:

- ❖ درد پا
- ❖ خستگی و سنگینی پاها
- ❖ بی قراری و گرفتگی پاها در بعدازظهر و گاهاً هنگام خواب
- ❖ خارش و زخم پوستی
- ❖ تغییرات ظاهری پوست و تشکیل عروق عنكبوتی

## پیشگیری از ایجاد واریس:

- ❖ کاهش وزن
- ❖ ورزش منظم
- ❖ خودداری از ایستادن طولانی مدت
- ❖ بالا نگهداشتن پاها
- ❖ پوشیدن جوراب واریس مناسب طبق نظر پزشک
- ❖ خودداری از روی هم انداختن پاها
- ❖ محدود کردن مصرف نمک

## انواع درمان غیر جراحی:

**روش سطحی:** مانند لیزر با فرستادن پرتوهای قوی لیزر به رگها از روی پوست موجب بستن و ناپدید شدن رگها می شود که به صورت سرپایی در مطب انجام می شود و معمولاً برای عروق واریس کوچکتر و عروق عنكبوتی و کمتر از یک میلی متر انجام می شود.

**روش شیمیایی:** مانند اسکروتراپی در این روش محلولی (مانند تترادسیل سولفات سدیم اسکروزانت و یا داروهای دیگر طبق نظر پزشک) به رگهای کوچک و متوسط تزریق می شود که موجب سختی و لخته شدن رگها می شود که بعد از یک تا چند هفته باعث ناپدید شدن رگهای واریس می شود.

**روش حرارتی:** مانند لیزر داخل عروقی (EVLT) که در این روش از فیبرهای نازک لیزر داخل رگ برای بستن رگهای واریس استفاده می شود.

**RF (روش رادیو فرکوئنسی):** این روش نیز روش حرارتی می باشد که شامل عبور دادن یک لوله باریک یا کاتتر به داخل رگهای واریس بلند با استفاده از سونوگرافی است که انرژی ناشی از رادیو فرکوئنسی موجب گرم شدن و بستن رگهای واریس می شود و انرژی حرارتی باعث تخریب رگها می شود. روش حرارتی با بی حسی موضعی و به صورت سرپایی انجام می شود و پس از اتمام کار بانداژ کشی تا ۴۸ ساعت و طبق نظر پزشک باید حفظ شود.