LÆKNING

Æðahnútaaðgerð — eftir að heim er komið

Uppfærðar leiðbeiningar · september 2026

Sjúklingar eru hvattir til að kynna sér fræðsluefni á heimasíðunni: www.laekning.is

Verkir:

Fyrstu dagana má búast við óþægindum á aðgerðarsvæðinu. Mar, tog-tilfinning, eymsli og bólgur. Nota verkjalyf, ef þess er þörf, sem fæst án lyfseðils: Paratabs/Panodil 500 mg, 2 tbl. allt að fjórum sinnum á dag sem fæst án lyfseðlis.

Umbúðir:

Blóðlitaður vessi getur komið í umbúðir fyrsta sólarhringinn. Eftir aðgerðina er settur teygjusokkur á fótinn upp í nára. Þar utaná teygjubindi sem má fjarlægja eftir 48 klst og fleygja. Þá má einnig fara úr teygjusokknum í stutta stund og í sturtu en fara svo í hann á ný. Við þurrkun er rétt að „þerra“ húð en ekki nudda Umbúðapúða undir teygjusokknum má fjarlægja samtímis og henda. Notast á við sokkinn í framhaldinu í 7 sólahringa frá aðgerð, dag og nótt. Sokkurinn minnkar verki, mar og kemur í veg fyrir bjúgsöfnun. Kláði getur fylgt langvarandi notkun umbúða. Sumum gagnast að taka algeng ofnæmislyf sem fást án lyfseðils til að stilla kláðann. Ráðlegt er að sjúklingar kaupi sér “flugsokka” í réttri stærð í apóteki, sem ná upp að hné, og noti á dagtíma frá 7. degi eftir aðgerð í 1-3 vikur eftir atvikum.

Hreyfing:

Hafðu hægt um þig fyrstu 1-2 dagana en farðu samt allra þinna ferða en forðast ber mikið álag. Þú getur farið í reglulegar göngur nokkrum sinnum á dag. Gættu þess að hafa hærra undir fótum fyrstu 1-2 næturnar. Gerðu fótaæfingar reglulega með því að hreyfa um ökklaliðinn upp og niður þannig að strekkist á kálfa; “pumpuæfingar”. Þetta kemur í veg fyrir bjúgsöfnun á fætinum og minnkar þannig verki. Leikfimi og sund eftir 10 daga eða þegar stungusár eru tryggilega lokuð eða gróin.

Annað:

Eftir laser meðferðina má finna fyrir togi eða strengjum á aðgerðarsvæðinu og skynbreytingum í húð sem yfirleitt eru tímabundnar í daga, vikur og stundum lengri tíma. Einstaka sinnum geta þær verið varanlegar en það er fátítt. Eðlilegt er að húðin verði marin í einhverjar vikur eftir aðgerðina. Einnig að þrymlar, þykkildi eða hnútar myndist undir húðinni fyrst í stað þar sem æðahnútarnir voru áður.

Nota má Hirudoid® krem x2/dag eftir 5 daga sem fæst nú án lyfseðls, til að minnka marið. Það er borið þunnt á marin svæði þar til mar og þykkildi hverfa. Iðulega er síðar (>3 mán frá aðgerð) sprautað í minni æðahnúta og æðaslit ef við á. Til þessa er notað lyfið polidocanol (Aetoxysclerol®) eitt sér eða sem froða. Lyfið lokar þessum æðum. Árangur þessarar meðferðar er mismunandi og aldrei alger.

Greiðslur:

Sjúkratryggingar Íslands (SÍ) greiða fyrir aðgerðina að mestu fyrir þá sem sjúkratryggðir eru á Íslandi skv. gjaldskrá.

Ef vandamál koma upp þá má hafa samband við viðkomandi lækni. Á dagtíma; Skurðstofan í síma 590-9213 eða Lækning í síma 590-9200. Ef áríðandi utan vinnutíma þá í farsíma 696-7585. Annars heimilislækni/heilsugæslu/Læknavakt/bráðamóttökur eða annað heilbrigðisstarfsfólk á hverjum stað.

Endurkoma:

.....daginn ...../..... kl:.....:.....

Hvar:

Lækning, Lágmúla 5, 2. hæð. Vinsamlegast boðið forföll í s. 590 9200

Gangi þér vel.....