

# Podejmowanie decyzji dotyczącej leczenia żylaków

## Czym jest niniejsza ulotka?

Niniejsza ulotka pomoże w podjęciu decyzji o leczeniu żylaków. Możesz jej użyć do przygotowania się do następnego spotkania. Zawiera ona strony, które można wypełnić oraz strony wyjaśniające leczenie.

**Strony 1 - 4**  
Informacje o żylakach

**Strony 5 - 7**  
Opcje leczenia

**Strony 4, 7 i 8**  
Używaj z lekarzem rodzinnym

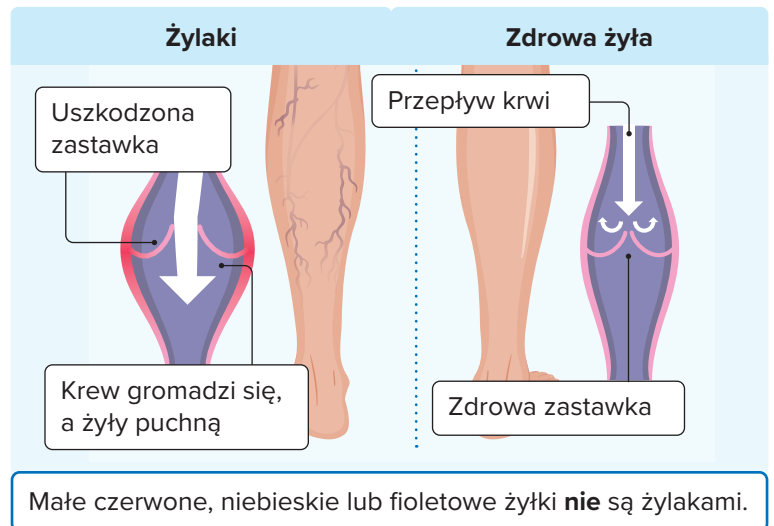
**Strony 4, 8 i 9**  
Strony, które możesz wypełnić

## Czym są żylaki?

**Żylaki to nabrzmiałe, powiększone żyły. Występują, gdy zastawki w żyłach są uszkodzone i nie działają prawidłowo.**

Mogą one powodować **objawy**, a czasami poważne wrzody zwane **owrzodzeniami** (strona 3).

Zazwyczaj znajdują się one w nogach. Czasami znajdują się na powierzchni, gdzie można je zobaczyć, a czasami w żyłach, których nie widać.



## Opcje leczenia

**Nie rób nic - zawsze możesz wybrać niepoddanie się leczeniu**



**Pończochy uciskowe łagodzące objawy**



**Rzeczy, które możesz zrobić samodzielnie, aby złagodzić objawy**



**Leczenie lub usuwanie żylaków**



## Jakie są objawy?

- Zmęczone, pulsujące, bolące lub obolałe nogi.
- Opuchnięte nogi lub kostki (obrzęk).
- Swędzące plamy lub egzema podudzia.
- Czerwony lub brązowy kolor skóry kostki.
- Twarda w dotyku skóra.
- Owrzodzenia, wrzody, które nie goją się łatwo.
- Krwawienie.
- Żyły, które są gorące w dotyku, tklawe i czerwone (zapalenie żył).

## Czy wymagam leczenia?

**Jeśli żylaki nie powodują objawów**, nie ma się czym martwić i można je pozostawić w spokoju.



**Na 100 osób z żylakami około 45 - 65 ma objawy, a 35 - 55 nie.**

**Objawy** mogą dotyczyć jednej lub obu nóg. Może występować więcej niż jeden objaw. Objawy mogą pojawiać się i znikać.

## 2 Więcej informacji o żylakach

Krew krąży po organizmie w tętnicach i żyłach. Tętnice transportują krew z serca do reszty ciała. Żyły odprowadzają krew z powrotem do serca.

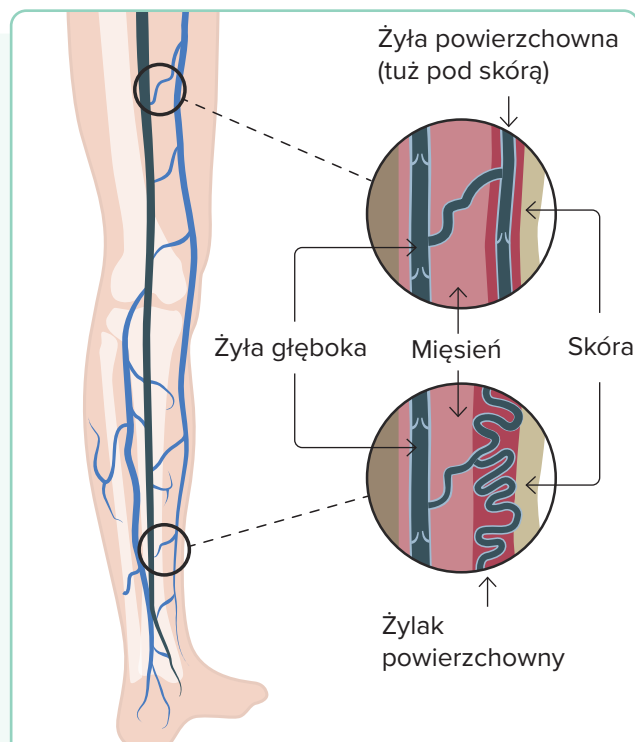
Krew pompowana jest przez tętnice pod wysokim ciśnieniem z serca, aby dotrzeć tam, gdzie jest potrzebna.

Jednak krew powracająca do serca jest pod mniejszym ciśnieniem i potrzebuje pomocy ze strony **mięśni**.

Podczas chodzenia mięśnie **ściskają żyły**, co pomaga **pompować krew z powrotem** do serca.

Kiedy mięśnie rozluźniają się, delikatne **zastawki** w żyłach normalnie zatrzymują przepływ krwi do tyłu.

**Żylaki powstają, gdy zastawki są uszkodzone lub osłabione, a krew może przepływać do tyłu.** Krew gromadzi się, a żyły puchną pod wpływem ciśnienia. Zazwyczaj znikają one po położeniu się.



Usunięcie żylaków powierzchownych nie wpłynie na krążenie, ponieważ większość krwi przepływa przez żyły głębokie.

### Krwawienie z żylaków

W rzadkich przypadkach żylaki mogą krwawić. Może się to zdarzyć, jeśli skóra jest cienka lub gdy występuje niewielki strup. Zwykle nie występuje w przypadku zdrowej skóry.

**Może to być dość przerażające i może wypłynąć dużo krwi, jednak łatwo sobie z tym poradzić, jeśli Ci się to przydarzy:**

- Unieś krwawiącą kończynę (np. połóż się z nogą uniesioną na ramieniu sofy lub wyżej, jeśli możesz).
- Naciśnij mocno palcem miejsce krwawienia (zwykle małą dziurkę), aż krwawienie ustanie. Może to potrwać kilka minut.

- Jeśli krwawienie nie ustanie po 20-30 minutach uciskania lub jeśli źle się poczujesz, udaj się do SOR lub na oddział leczenia drobnych urazów.
- Gdy krwawienie ustanie, nałóż bandaż lub plaster i pończochę uciskową, jeśli taką posiadasz.
- Umów się na pilną wizytę u lekarza rodzinnego, który może wystawić Ci pilne skierowanie do poradni chirurgii naczyniowej.

### Żylaki w ciąży

Powstawanie żylaków w ciąży jest dość powszechne. Możesz używać **pończoch uciskowych**, aby złagodzić objawy (strona 5), dopóki nie dojdiesz do siebie po porodzie.

Następnie możesz pomyśleć o innym leczeniu (strona 6), jeśli po urodzeniu dziecka nadal będą stanowić one problem, np. będą opuchnięte, bolesne lub swędzące.

### Jak doszło do powstania żylaków?

Nie do końca rozumiemy, jak powstają żylaki, ale wiemy, że są one bardziej powszechne, jeśli:

- osoby z bliskiej rodziny cierpią na żylaki
- masz nadwagę
- byłaś raz lub więcej razy w ciąży
- np. DVT (zakrzepica żył głębokich)

## 3 Żylaki i owrzodzenia nóg

### Owrzodzenia nóg są poważnym powikłaniem żylaków.

Są to wrzody lub pęknięcia skóry.

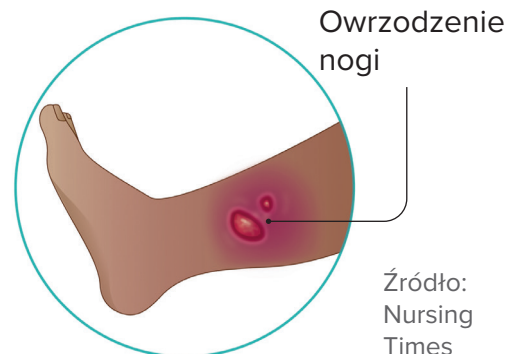
Gojenie może trwać tygodniami, a czasami nie goją się one całkowicie. Mogą one nawracać w tym samym miejscu. Z czasem mogą się powiększać i trudniej goić.

Owrzodzenia mogą wpływać na mobilność, utrudniając chodzenie czy poruszanie się. Mogą nieprzyjemnie pachnieć i być bolesne.

Owrzodzenia zwykle nie goją się, jeśli nie są leczone.

Leczenie żył można przeprowadzić jednocześnie z leczeniem owrzodzenia.

Na 100 osób z żylakami, **owrzodzenia nawracają** u **25-70 osób**, które **nie są leczone** na żylaki oraz **około 10 osób**, które **są leczone** na żylaki (strona 7).



U **1 - 5** na 100 osób cierpiących na żylaki wystąpi w ciągu życia **owrzodzenie**

### Jak powstają owrzodzenia?

Wysokie ciśnienie w żylakach uszkadza skórę. Utrudnia również gojenie się skóry w przypadku zranienia, ponieważ przepływ krwi jest ograniczony. Owrzodzenia mogą rozwinąć się po drobnych urazach, takich jak niewielkie uderzenie.

### Kto będzie leczył moje owrzodzenie?

Owrzodzenia są poważne i skomplikowane w leczeniu.

W sprawie owrzodzenia nogi spotkasz się z więcej niż jedną osobą, w tym: z lekarzem, pielęgniarkami specjalistycznymi i zespołem wsparcia środowiskowego.

Opracują oni dla Ciebie plan opieki.

### Co powinienem zrobić, jeśli podejrzewam, że mam owrzodzenie?

Jak najszybciej udaj się do lekarza rodzinnego, aby rozpocząć leczenie. Jeśli owrzodzenie nie zagoi się w ciągu 2 tygodni, lekarz skieruje pacjenta do lokalnego oddziału chirurgii naczyniowej. Im wcześniej rozpocznie się leczenie, tym lepiej. Może on również zaoferować leczenie żył (strona 6).

### W jaki sposób będzie leczone moje owrzodzenie?

- Leczenie owrzodzenia często trwa kilka tygodni lub miesięcy.
- Owrzodzenia zwykle nie goją się bez leczenia.
- Leczenie obejmuje specjalne opatrunki i pończochy uciskowe.
- Opatrunki muszą być zmieniane codziennie lub raz w tygodniu, zazwyczaj przez wyspecjalizowaną pielęgniarkę.
- Opatrunki mogą być początkowo bolesne.

Jeśli owrzodzenie jest spowodowane żylakami, zaleca się leczenie żył (strona 6).

### Skontaktuj się z pielęgniarką, jeśli:

- masz objawy infekcji (źle się czujesz lub masz gorączkę)
- opatrunek jest wyjątkowo niewygodny lub występuje drętwienie bądź mrowienie w stopach lub palcach stóp

## 4 Co jest dla Ciebie ważne?

Ta strona może być przydatna podczas rozmowy z lekarzem, pielęgniarką lub specjalistą. Może pomóc zrozumieć i wyjaśnić, w jaki sposób żylaki wpływają na Twoje życie.

Zaznacz stwierdzenia, które Cię dotyczą

Mam:

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Widoczne żylaki   | <input type="checkbox"/> Gorące w dotyku, czerwone żylaki (zapalenie żył) na nogach     |
| <input type="checkbox"/> Zmęczone, pulsujące, bolące lub obolałe nogi, a dolegliwości te pojawiają się i znikają | <input type="checkbox"/> Krwawienie   |
| <input type="checkbox"/> Swędzące plamy  | <input type="checkbox"/> Rany lub uderzenia, które wolno się goją                       |
| <input type="checkbox"/> Wyprysk żylakowy (wyprysk, który występuje na nogach, ale nie na reszcie ciała)         | <input type="checkbox"/> Opuchnięte nogi (obrzęk) w przypadku długiego stania na nogach |
| <input type="checkbox"/> Twardą w dotyku skórę   | <input type="checkbox"/> Opuchnięte nogi (obrzęk) z samego rana                         |
| <input type="checkbox"/> Czerwonawe/brązowe przebarwienia powyżej kostki   | <input type="checkbox"/> Opuchnięte nogi (obrzęk) przez cały dzień                      |

Które z nich mają na Ciebie największy wpływ?

.....

.....

Wstaw znak „X” tam, gdzie ma to zastosowanie.

|   | Nie / wcale<br>← | Tak / bardzo<br>→ |
|---|------------------|-------------------|
| Objawy wpływają na moje zdrowie psychiczne              |                  |                   |
| Objawy wpływają na to, co mogę robić w życiu codziennym |                  |                   |

### W czym chciałbyś uzyskać pomoc?

Praca/szkoła

Aktywność fizyczna

Obowiązki domowe

Opieka nad rodziną

Inne czynności

## 5 Co mogę zrobić sam?

**Czynności opisane na tej stronie mogą pomóc w złagodzeniu objawów, ale nie pozwolą pozbyć się żylaków.** Żylaki nie znikną samoistnie.

Objawy mogą pojawiać się i znikać, a niektóre dni mogą być gorsze od innych. Czasami objawy wymagają pomocy medycznej.

### Nie rób nic



#### Zawsze możesz wybrać niepoddanie się leczeniu

- Jeśli nie zdecydujesz się na leczenie, objawy mogą złagodnieć lub się nasilić. Mogą też pozostać bez zmian.
- Mogą wystąpić powikłania, takie jak uszkodzenia skóry, które mogą stać się nieodwracalne.

### Rzeczy, które mogę zrobić samodzielnie



#### Mogą one pomóc w złagodzeniu objawów, ale nie pozwolą pozbyć się żylaków.

Nie przeprowadzono wystarczająco dużo badań, aby dowiedzieć się, czy mogą one pomóc.

- Unikaj długiego stania lub siedzenia. Stanie lub siedzenie bez ruchu zwiększa ciśnienie w żyłach. Idź na krótki spacer lub kołysz się na stopach w pozycji stojącej.
- Unieś nogi - uniesienie nóg, na przykład kładąc je na ramieniu sofy wieczorem, może pomóc złagodzić objawy narastające w ciągu dnia.

### Pończochy uciskowe



#### Mogą one pomóc w złagodzeniu objawów, ale nie pozwolą pozbyć się żylaków.

Pończochy są zalecane tylko wtedy, gdy:

- inne zabiegi nie są dla Ciebie odpowiednie (opisane na następnej stronie)
- nie chcesz poddać się żadnemu z zabiegów opisanych na następnej stronie

Pończochy są wydawane na receptę. Pracownik służby zdrowia, taki jak farmaceuta czy wyspecjalizowana pielęgniarka, zdejmie Ci miarę i dopasuje je do Ciebie.

Są one dostępne w różnych rozmiarach, długościach i o różnej sile kompresji.

Ich zakładanie może być trudne. Pracownik służby zdrowia wyjaśni, co należy zrobić.

- Pończochy uciskowe wywierają największy nacisk na kostkę. Nacisk stopniowo zmniejsza się w górę nogi. Najmniejszy nacisk występuje w górnej części pończochy. Nosisz je przez cały dzień i zdejmujesz, gdy idziesz spać. Należy je wymieniać co 3-6 miesięcy.
- Nie są one tym samym, co pończochy podtrzymujące lub pończochy podróżne.

## 6 Leczenie mające na celu usunięcie żylaków

Zabiegi opisane na tej stronie mogą pomóc pozbyć się żylaków i ich objawów.

Specjalista zaproponuje Ci najbardziej odpowiednie leczenie żył.

Zwykle jest to zamknięcie lub zablokowanie żył za pomocą **ablacji endotermicznej (zabieg cieplny) + flebektomia (usunięcie żylaków)**.

Czasami oferowana jest inna opcja, która może lepiej pasować do układu żył.

Lub dlatego, że Twój specjalista ma większe doświadczenie w tym leczeniu.

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej na temat leczenia, którego Ci nie zaproponowano, porozmawiaj ze swoim specjalistą.

Może on skierować Cię do innego ośrodka lub lekarza.

**Zamykanie lub usuwanie żylaków nie wpływa na krążenie po zabiegu. Pozostałe żyły przejmą kontrolę.**



### Ablacja endotermiczna (zabieg cieplny)



- W skórze wykonuje się niewielkie nacięcie, a za pomocą badania ultrasonograficznego do żyły wprowadza się bardzo małe urządzenie.
- Urządzenie to wykorzystuje ciepło do zamknięcia żyły.
- Niewielka metalowa cewka jest podgrzewana prądem elektrycznym (o częstotliwości radiowej), lub ciepło pochodzi z lasera.
- W regularnych punktach nogi wstrzykiwany jest środek miejscowo znieczulający, dzięki czemu podgrzanie żyły nie powoduje bólu.

- Każda procedura trwa od 45 do 60 minut.
- Po około 1 godzinie możesz wrócić do domu.
- Możesz opuścić klinikę.
- Opatrunek należy nosić przez 5-7 dni.
- Powrót do normalnej aktywności może nastąpić w ciągu 1-2 dni.
- Nie powinieneś prowadzić pojazdu, dopóki nie poczujesz się bezpiecznie, aby wykonać awaryjne hamowanie (zwykle następnego dnia).
- Nie należy nadmiernie odpoczywać, zaleca się aktywność fizyczną.

### Flebektomia w celu usunięcia żylakowato zmienionych żył



- Flebektomia polega na wykonaniu niewielkiego nakłucia nad żyłą i wyciągnięciu żyły.
- Zostanie zastosowane znieczulenie miejscowe, dzięki czemu nie będzie odczuwany ból.

### Leczenie metodami chemicznymi



Istnieją 3 rodzaje leczenia metodami chemicznymi. Polegają one na wstrzyknięciu pewnych substancji do żyły, zwykle za pomocą badania ultrasonograficznego.

1. Skleroterapia piankowa wykorzystuje substancję chemiczną do podrażnienia ściany żyły i sklejenia jej.
2. Ablacja mechanochemiczna wykorzystuje tę samą substancję chemiczną, ale z wirującym drutem wewnątrz żyły.
3. Cyjanoakrylan (klej) to „superklej”, który zatyka żyłę.

**Może pojawić się uczucie mrowienia, dyskomfortu i twardości. Jest to normalne i może trwać 3 tygodnie lub dłużej.**

### Zabieg chirurgiczny w celu usunięcia żylakowato zmienionych żył



Zabieg chirurgiczny polega na wykonaniu niewielkich nacięć i wyciągnięciu żył podczas operacji.

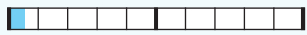




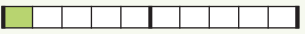

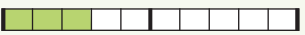
Czasami pacjent zostaje uśpiony (znieczulenie ogólne) lub znieczulony od pasa w dół, bądź też zostaje znieczulony miejscowo.

Pacjent wraca do domu tego samego dnia i powraca do normalnej aktywności po około 2 tygodniach.

# 7 Jak skuteczne jest leczenie i jakie są związane z nim zagrożenia?

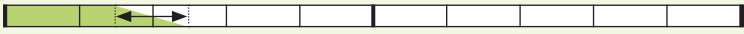
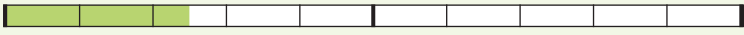
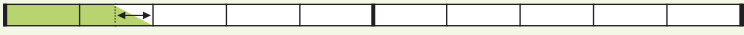
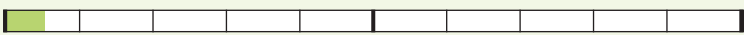
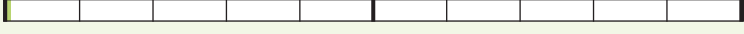

**Żylaki nie znikną bez leczenia (zamknięcia lub usunięcia żylaków).**

Na 100 osób

|  | Nie rób nic  | Pończochy   | Zabiegi<br>(zamykanie lub usuwanie)  |
|--|--|---|--|
| U ilu osób objawy ustępują?                                  | <br>ok. 5 tak 95 nie        | <br>30 - 50 tak 50 - 70 nie | <br>80 - 85 tak 15 - 20 nie |
| U osób z owrzodzeniem, ile owrzodzeń nawraca w ciągu 1 roku? | <br>25 - 70 tak 30 - 75 nie | <br>30 tak 70 nie           | <br>ok. 10 tak 90 nie       |
| nawraca w ciągu 4 lat?                                       | brak dostępnych danych   | <br>55 tak 45 nie          | <br>30 tak 70 nie          |

**U osób poddanych leczeniu (zablokowanie lub usunięcie żylaków)**



| Na 100 osób   |   |
|---|---|
| U ilu osób <b>żylaki nawracają</b> w ciągu 5 lat?   | <br>15 - 25 tak 75 - 85 nie           |
| Ile z nich ma <b>siniaki</b> , które ustępują po około 3 tygodniach?                        | <br>25 tak 75 nie                     |
| Ile osób odczuwa <b>ból nóg</b> przez 1-2 tygodnie?   | <br>15 - 20 tak 80 - 85 nie           |
| Ile osób cierpi na <b>mrowienie lub drętwienie</b> przez 6 tygodni?                         | <br>ok. 5 tak 95 nie                  |
| po 6 miesiącach?  | <br>mniej niż 1 tak więcej niż 99 nie |
| Na 1000 osób  |   |
| U ilu osób w ciągu roku powstaje <b>zakrzep w nodze</b> (DVT lub zakrzepica żył głębokich)? | <br>ok. 5 tak ok. 995 nie             |

Ryzyko w populacji ogólnej wynosi 1 - 2 na 1000. Ryzyko to wzrasta wraz z wiekiem.

## 8 Przygotowanie do wizyty

### Jakie opcje rozważasz?

.....

.....

.....

.....

Czy znasz kogoś, kto wypróbował te opcje?

### Co jest dla Ciebie najważniejsze?

Warto jeszcze raz spojrzeć na **stronę 4**

Na przykład pomoc w przypadku owrzodzeń, szybkie leczenie.

.....

.....

### Pytania do pracownika służby zdrowia

Mogą one dotyczyć wszelkich Twoich obaw, na przykład tego, co masz nadzieję zyskać dzięki leczeniu, co będzie dalej.

.....

.....

### Twoja decyzja

|   |       |
|---|-------|
| Wiem wystarczająco dużo o potencjalnych korzyściach i szkodach każdej z opcji         | T / N |
| Mam jasność co do tego, które potencjalne korzyści i szkody są dla mnie najważniejsze | T / N |
| Uzyskałem wystarczające wsparcie i porady, by dokonać wyboru                          | T / N |
| Jestem pewien, że to najlepszy dla mnie wybór   | T / N |
| Potrzebuję uzyskać więcej informacji, aby podjąć decyzję                              | T / N |
| Podjąłem decyzję, co robić dalej  | T / N |

.....

### Lekarz może zapytać o:

- listę recept i dawek (możesz wziąć ze sobą receptę powtórna)
- aktualnie stosowane leczenie
- ewentualne alergie
- pomoc, jaką będziesz mieć zapewnioną w domu lub w transporcie do domu po zabiegu



## 9 Kontakty i kolejne kroki

### Kontakty

|   |                 |
|---|-----------------|
| Imię i nazwisko lekarza rodzinnego                          | Dane kontaktowe |
| .....   | .....           |
| Imię i nazwisko chirurga                                    | Dane kontaktowe |
| .....   | .....           |
| Imię i nazwisko pielęgniarek chirurgii naczyniowej          | Dane kontaktowe |
| .....   | .....           |
| Imię i nazwisko pielęgniarki środowiskowej / rejonowej      | Dane kontaktowe |
| .....   | .....           |
| Imię i nazwisko pielęgniarki zajmującej się raną / uciskiem | Dane kontaktowe |
| .....   | .....           |
| Do kogo dzwonić w nagłych przypadkach                       | Dane kontaktowe |
| .....   | .....           |

### Kolejne kroki

|   |  |
|---|--|
| Data                                    | Co nastąpi dalej (leczenie / badania?) |
| .....                                   | .....                                  |
| Kiedy powinienem odbyć następną wizytę? | Jaka jest moja dzisiejsza decyzja?     |
| .....                                   | .....                                  |
| Data                                    | Co nastąpi dalej (leczenie / badania?) |
| .....                                   | .....                                  |
| Kiedy powinienem odbyć następną wizytę? | Jaka jest moja dzisiejsza decyzja?     |
| .....                                   | .....                                  |
| Data                                    | Co nastąpi dalej (leczenie / badania?) |
| .....                                   | .....                                  |
| Kiedy powinienem odbyć następną wizytę? | Jaka jest moja dzisiejsza decyzja?     |
| .....                                   | .....                                  |

## 10 Więcej informacji

### Gdzie mogę uzyskać więcej informacji?

**Leg Club**[www.legclub.org/](http://www.legclub.org/)**NHS**[www.nhs.uk/conditions/varicose-veins/](http://www.nhs.uk/conditions/varicose-veins/)**Dlaczego bolą mnie nogi?**Wideo <https://youtu.be/L8hWhR7aq1M>**Animated explainer**<https://zerotofinals.com/surgery/vascular/varicoseveins/>

Kanał Vascular Research UK w serwisie YouTube

[www.youtube.com/@VascularResearchUK](http://www.youtube.com/@VascularResearchUK)**Legs Matter**[www.legsmatter.org](http://www.legsmatter.org)**Circulation Foundation**[www.circulationfoundation.org.uk](http://www.circulationfoundation.org.uk)**Leg Ulcer Forum**[www.legulcerforum.org](http://www.legulcerforum.org)

### Skąd zacerpiliśmy te liczby?

**Ile osób cierpi na żylaki?**

Badanie „Edinburgh Vein Study” obejmujące 1566 osób z 1999 roku: <https://doi.org/10.1136/bmj.318.7180.353> i jedno z Francji obejmujące 2000 osób z 2004 r.: <https://doi.org/10.1016/j.jvs.2004.07.025>

**Ile z nich ma zmiany skórne?**

Powyższe badanie z Francji oraz „Bonn Vein Study” z 2008 r. obejmujące 3072 osoby: <https://doi.org/10.1016/j.jvs.2008.04.029>

**U ilu z nich wystąpią owrzodzenia skóry?**

Wytyczne kliniczne NICE nr 168 z 2013 r.: <https://www.nice.org.uk/guidance/cg168/evidence/full-guideline-pdf-191485261>

**Skuteczność leczenia:**

**Zapobieganie nawrotom owrzodzeń skóry:** Dane dotyczące osób, które nic nie robią, pochodzą z przeglądu badań przeprowadzonych do 2014 r.: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD002303.pub3>; dane dotyczące osób noszących pończochy uciskowe pochodzą z badania ESCHAR przeprowadzonego na 500 osobach w Wielkiej Brytanii w 2007 r.: <https://doi.org/10.1136/bmj.39216.542442.BE>; dane dotyczące osób leczonych chirurgicznie pochodzą z badania EVRA obejmującego 450 osób w Wielkiej Brytanii od 2018 r.: <https://doi.org/10.1056/NEJMoa1801214>

**Łagodzenie objawów:** Dane dotyczące osób, które nic nie robią, pochodzą z badania przeprowadzonego na 279 osobach z 2015 roku: <https://doi.org/10.1016/j.jvs.2015.06.111> oraz z badania przeprowadzonego na 114 osobach z 1997 r.: <https://www.jstor.org/stable/44994981>; dane dotyczące osób noszących pończochy uciskowe pochodzą z badania przeprowadzonego na 114 osobach z 1997 r. oraz z badania REACTIV z 2006 r. obejmującego 1000 pacjentów w różnych grupach: <https://doi.org/10.3310/hta10130>; dane dotyczące osób poddawanych zabiegom chirurgicznym pochodzą z danych NHS (PROMS) dotyczących ponad 1000 pacjentów w 2013 r.: <https://webarchive.nationalarchives.gov.uk/ukgwa/20180307183903/http://digital.nhs.uk/catalogue/PUB14174> oraz z powyższego badania przeprowadzonego na 279 osobach z 2015 r.

**Zagrożenia związane z zabiegami:**

**Uczucie mrowienia lub drętwienia:** Wytyczne kliniczne NICE nr 168 z 2013 r.: <https://www.nice.org.uk/guidance/cg168/evidence/full-guideline-pdf-191485261>

**Siniaki:** Badanie przeprowadzone na 77 osobach z 2016 roku: <https://doi.org/10.1177/0268355516635386>

**Ból:** Powyższe badanie przeprowadzone na 77 osobach z 2016 roku, powyższe badanie przeprowadzone na 279 osobach z 2015 roku oraz badanie przeprowadzone na 235 osobach z 2014 roku: <https://doi.org/10.1177/0268355513497709>

**Ryzyko nawrotu żylaków:** Przegląd badań przeprowadzonych do 2021 r.: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD005624.pub4>

**Zakrzep w nodze:** Przegląd danych i badań z 2013 roku: <https://doi.org/10.1177/0268355512475121> Dane z 261 169 zabiegów w Wielkiej Brytanii, od 2017 r.: <https://doi.org/10.1024/0301-1526/a000656>

**Aby uzyskać deklaracje o niewystępowaniu konfliktu interesów, zapoznać się z innymi narzędziami wspomagającymi podejmowanie decyzji z tej serii lub dowiedzieć się więcej o tym, jak powstało to narzędzie, odwiedź stronę:**

<https://www.england.nhs.uk/personalisedcare/shared-decision-making/decision-support-tools/>

Opracowane przez Winton Centre for Risk and Evidence Communication i NHS England

Data ostatniej aktualizacji: Październik 2023 r.

Sfinansowane przez: NHS England

Niniejsza pomoc decyzyjna została stworzona przy udziale pacjentów i pracowników służby zdrowia.