

# Чек-лист для приёма флеболога

## ЧЕК-ЛИСТ

### За неделю до приёма

Документы и наблюдения

- Собрать прошлые заключения флебологов и сосудистых хирургов
- Найти результаты УЗИ вен (если было)
- Собрать свежую коагулограмму или сдать её
- Записать хронологию жалоб: когда появились, как меняются
- Отметить провоцирующие факторы



## ЧЕК-ЛИСТ

### За 2–3 дня до приёма

Подготовить кожу и фото

- Не делать эпиляцию на ногах
- Сфотографировать ноги при дневном освещении
- Снять фото варикозных узлов и «звёздочек»
- Сделать утренние и вечерние снимки, если отёки меняются

## ЧЕК-ЛИСТ

### За 1 день до приёма

Финальные штрихи

- Подтвердить запись в клинике
- Обновить список лекарств (особенно гормональных и «разжижающих кровь»)
- Записать 5–7 главных вопросов
- Подготовить удобную одежду



## ЧЕК-ЛИСТ

### В день визита

Чистые ноги – главное правило

- Помыть ноги тёплой водой с обычным мылом
- Не наносить крем, лосьон, масло на ноги
- Не делать свежий педикюр, маникюр ногам
- Снять компрессионный трикотаж за 1–2 часа до приёма
- Надеть одежду, которую легко снять ниже пояса
- Обувь без шнуровки
- Взять воду и всё необходимое



## ЧЕК-ЛИСТ

### После приёма

Реализовать план

- Перечитать назначения и рекомендации
- Купить компрессионный трикотаж по рекомендации врача
- Научиться правильно надевать компрессионные чулки
- Записать в календарь дату следующего визита
- При назначении процедур – узнать все условия подготовки
- Сохранить фото до начала лечения для сравнения

## Документы – стандартный набор



## ЧЕК-ЛИСТ

### Что взять с собой

- Паспорт
- Полис ОМС (для госучреждений)
- СНИЛС
- Медицинская карта или выписки
- Прошлые заключения флебологов и сосудистых хирургов
- Результаты УЗДС вен
- Коагулограмма
- Общий и биохимический анализ крови
- Фотографии ног (несколько ракурсов)
- Список всех лекарств
- Ручка и блокнот или заметки в телефоне

## Как пользоваться чек-листом



Распечатайте страницу или сохраните в телефон перед визитом. В день приёма пройдитесь по пунктам и отметьте, что готово. Если чего-то не хватает — это не повод отменять визит, но лучше сказать об этом в начале приёма, чтобы сэкономить время врача.

## Что ещё полезно на приёме флебологу

- Подготовка: что сделать до визита — развёрнутая инструкция.
- Какие анализы могут назначить — чтобы не удивляться направлениям.
- 10–15 вопросов, которые стоит задать — для тех, кто боится забыть главное.

## Дисклеймер

*Чек-лист справочный: точные требования могут отличаться в разных клиниках. Финальный список — за вашим врачом.*

