

Heupprothese

In deze folder vindt u meer informatie over het plaatsen van een heupprothese. Uw specialist heeft u ongetwijfeld al de nodige informatie gegeven over de operatie. In deze folder kunt u de belangrijkste zaken nog eens rustig nalezen. Het is goed daarbij te bedenken dat het gaat om algemene informatie. Omstandigheden en ervaringen kunnen van patiënt tot patiënt verschillen.

De reden voor deze ingreep

Heupgewricht

Het heupgewricht is een kogelgewricht dat dijbeen en bekken verbindt. Bij een kogelgewricht heeft het ene gewrichtsvlak de vorm van een kop en het andere de vorm van een kom. Beide delen passen precies in elkaar.

Bij bewegen draait de kop van het dijbeen soepel in de kom in het bekken omdat op beide gewrichtsvlakken een laagje kraakbeen zit. Dit is glad, verend weefsel.

Gewrichtsslijtage

Bij het ouder worden vermindert de kwaliteit van het kraakbeen: het wordt dunner en slijt tenslotte af. Hierdoor ontstaat een onregelmatig gewrichtsoppervlak. De gewrichtsvlakken glijden niet meer zo soepel over elkaar. Bewegen kan hierdoor pijnlijk zijn en beperkt worden. Deze gewrichtsslijtage noemen we artrose. Bij artrose is de gladde kraakbeenlaag van het gewricht aangetast en kan deze soms helemaal verdwijnen.

De meest voorkomende reden om een nieuwe heup de plaatsen is dan ook een versleten heup op oudere leeftijd. Het kraakbeen van de heup kan echter ook op jonge(re) leeftijd zijn aangetast: meestal wordt dit dan veroorzaakt door een aangeboren afwijking, zoals heupdysplasie, een vorm van reuma, een ongeval of door een doorbloedingsstoornis.

Als uw heupgewricht is aangetast, kunt u de volgende klachten hebben:

- (Een voortdurende) pijn in uw heup of lies, soms ook 's nachts;
- De pijn kan uitstralen naar het bovenbeen, de knie en het onderbeen;
- Stijfheid bij het opstaan (zogenoemde startpijn);
- Moeilijk kunnen lopen en traplopen;
- Slecht kunnen bukken;
- Niet kunnen fietsen, vooral op- en afstappen is moeilijk.

Als de slijtage zich voortzet nemen de klachten toe: medicijnen en fysiotherapie helpen vaak niet meer voldoende. Een nieuwe heup is dan de enige oplossing. Pijn is de voornaamste reden om te opereren.

Typen protheses

Er zijn verschillende soorten heupprotheses. Afhankelijk van uw leeftijd, leefstijl en de aandoening kan voor een bepaalde prothese gekozen worden. De orthooped kiest de prothese die voor uw situatie het meest geschikt is.

Complicaties

Ondanks alle zorg rond de operatie is geen enkele ingreep vrij van de kans op

Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:

Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:

32082917

www.meandermedischcentrum.nl

complicaties. Zo zijn ook bij het vervangen van het heupgewricht door een heupprothese de algemene risico's van een operatie aanwezig, zoals nabloeding, wondinfectie, onbedoelde weefselschade en trombose.

Daarnaast bestaat bij deze operatie een klein risico van:

- Infectie van de prothese (< 1%);
- Zenuwletsel of bloedvatletsel van de heup(<1%);
- Loslating van de prothese (<10 % binnen 10 jaar).

Bovengenoemde complicaties kunnen zich voordoen kort na de operatie, maar ook later als u weer thuis bent.

Vorbereiding op de operatie

Op de polikliniek Orthopedie heeft de doktersassistente deze informatiemap met u besproken en ontvangt u een vragenlijst en een kaartje van het opnameplein.

De doktersassistente maakt met u een afspraak voor het opnameplein.

Aansluitend kunt u direct bloed laten prikken bij het laboratorium.

Informatiebijeenkomst

Tijdens de bijeenkomst krijgt u informatie van een orthopedisch chirurg, een verpleegkundige, een fysiotherapeut en een orthopedieconsulente. Zij vertellen over de operatie, uw opname op de verpleegafdeling, de revalidatie en het verdere traject. De informatiebijeenkomst vindt plaats in Auditorium II. Deze bevindt zich aan het einde van de laan en is met de lift te bereiken.

Afspraken op het Opnameplein

Apothekersassistente

Als u zich gemeld heeft op het Opnameplein gaat u eerst naar de apothekersassistente voor informatie en een inventarisatie van uw (eventuele) medicijngebruik. Neemt u eventuele medicijnen in originele verpakking mee (of een recente medicatielijst van uw apotheek.)

Preoperatief spreekuur anesthesiologie

De anesthesioloog zal u onderzoeken en uitleg geven over de wijze van verdoven tijdens de operatie. Ook krijgt u informatie over de pijnstilling na uw operatie.

Daarnaast wordt –indien van toepassing- uw medicijngebruik besproken.

NEEMT U SVP DE INGEVULDE VRAGENLIJST MEE

Orthopedieconsulente

De orthopedieconsulente heeft alvast het verpleegkundig intakegesprek met u, geeft de nodige informatie ter voorbereiding op de operatie en beantwoordt uw vragen.

Zij neemt uw privé-situatie door en inventariseert de nazorg.

De orthopedieconsulente is voor u gedurende het gehele traject- behalve de opnameperiode- het aanspreekpunt voor al uw vragen en voor advies.

Nadat u op het opnameplein geweest bent, wordt u binnen 3 dagen gebeld door de afdeling operatieplanning voor de operatiedatum

De opnamedag

Informatie over de algemene gang van zaken bij opname vindt u in de brochure “Welkom in Meander”, die u van de poliassistente ontvangen heeft. Twee werkdagen voor de operatie wordt u 's middags gebeld door de

verpleegkundige van de verpleegafdeling en hoort u hoe laat u op de operatiedag verwacht wordt. Op de dag van de operatie meldt u zich op de afgesproken tijd op de afdeling die aan u is doorgegeven.

Denkt u er alstublieft aan om uw krukken en eventuele medicijnen mee te nemen op de operatiedag? Gebruik op de dag van de operatie geen bodylotion of crème.

De operatie

Wat houdt de operatie in?

Om het heupgewricht te bereiken, maakt de orthopeed een snee aan de zijkant van de bil. Vervolgens wordt het gewrichtskapsel geopend en de kop uit de kom gehaald.

Daarna wordt de versleten heupkop verwijderd. De heupkom wordt schoongemaakt en door een kom van metaal of kunststof vervangen. Hierna plaatst de arts een metalen pen in het dijbeenbot. Op deze pen wordt een kopje vastgezet dat precies in de eerder geplaatste kom past. De operatie duurt 1 à 1 ½ uur.

Botbank

Bij het plaatsen van een heupprothese wordt de heupkop verwijderd. In een aantal gevallen kan deze heupkop gebruikt worden voor andere patiënten bij wie botverlies is opgetreden. Daarom wordt door de orthopedie-consulente, aan patiënten die hiervoor in aanmerking komen, gevraagd of u de heupkop ter beschikking van de Botbank wilt stellen. U kunt hiervoor toestemming geven door een formulier te ondertekenen. De handtekening plaatst u pas op de dag van de operatie.

Na de operatie

Na de operatie gaat u naar de uitslaapkamer. Wanneer het medisch verantwoord is, wordt u naar de afdeling gebracht.

De dag na de operatie begint de revalidatie. De fysiotherapeut leert u oefeningen en het lopen met krukken. De oefeningen dient u zoveel mogelijk te doen, zodat u zich thuis weer snel zal kunnen redden.

U mag circa drie dagen na de operatie weer naar huis. Dan kunt u nog niet meteen alles zelf. De eerste zes tot acht weken na de operatie heeft u hulp nodig bij het wassen, aankleden en in ieder geval bij huishoudelijk werk. Gedurende zes weken gebruikt u Fraxiparine om het tromboserisico zo gering mogelijk te houden. Trombose is een bloedstolsel (bloedprop) in een bloedvat van het been. Tijdens uw verblijf in het ziekenhuis zal de verpleegkundige u leren de Fraxiparine bij u zelf toe te dienen. Dit gaat door middel van onderhuidse injecties. Na ongeveer zes weken komt u voor controle naar de polikliniek. De afspraak hiervoor krijgt u bij ontslag mee van de verpleegafdeling. Eerst wordt een röntgenfoto gemaakt en daarna gaat u naar de arts. Deze vraagt u naar uw ervaringen, onderzoekt u en bespreekt met u het vervolg.

Adviezen en leefregels

De adviezen hieronder zijn algemeen. Het kan voorkomen dat uw situatie anders is en u andere instructies krijgt van uw arts of fysiotherapeut. Volgt u in dat geval altijd hun adviezen op.

- U mag uw geopereerde heup vanaf het begin belasten.
- U loopt na de operatie met twee elleboogkrukken.
- De fysiotherapeut geeft aan wanneer u met één kruk en zonder kruk/stok mag lopen.
- De eerste zes weken slaapt u bij voorkeur op uw rug.
- De volgende zes weken kunt u ook op de geopereerde zijde slapen, maar dan wel met een kussen tussen de benen.
- Het is belangrijk dat u bepaalde risicobewegingen vermijdt, die tot gevolg kunnen hebben dat de heup uit de kom schiet. Deze bewegingen zijn:
 - Het naar binnen draaien van het geopereerde been;
 - Het kruisen (over elkaar slaan) van de benen;

- Het haaks buigen (meer dan 100 graden) van de geopereerde heup. Dat betekent dat u uw bovenbeen en romp te dicht bij elkaar brengt. Bijvoorbeeld bij hurken.
- Gaat u bij voorkeur in een hoge stoel met armleuningen zitten, zodat u gemakkelijk kunt opstaan en weer gaan zitten; dit geldt in ieder geval voor de eerste zes weken.
- Tot de eerste policonrole mag u niet zelf autorijden. Als u meerijdt, zorgt u er dan voor dat u voldoende hoog zit en op de juiste manier in en uit de auto stapt.
- U mag wandelen (in het begin met krukken), fietsen (tot de eerste policonrole alleen op de hometrainer) en zwemmen (na de eerste policonrole).
- Er zijn geen belemmeringen voor seksueel verkeer; let u wel op de adviezen over bewegen.
- Bij een hoog lichaamsgewicht wordt de knie meer belast. Probeer u daarom uw gewicht op peil te houden of, indien nodig, te verminderen.
- Bij sommige detectorpoortjes kan het alarm afgaan door de nieuwe heup.
- Als u een bacteriële ontsteking zou krijgen, is het belangrijk uw huisarts, specialist, tandarts of kaakchirurg te melden dat u een heupprothese heeft. Via de bloedbaan zou er alsnog een ontsteking van de knie kunnen optreden. Dit geldt onder meer voor:
 - Trekken van tanden en kiezen en tandwortelbehandelingen in verband met een ontsteking;
 - Operaties of andere bloederige ingrepen;
 - Blaas- of andere ontstekingen elders in het lichaam;
 - Pussende wondjes, vooral aan de benen, die niet binnen één dag genezen zijn.

Over het algemeen moet u dan beschermd worden met antibiotica om het gevaar van infectie van de heup te voorkomen. Dit blijft belangrijk, want ook na jaren kan een infectie of ontsteking optreden.

Uw nieuwe heup is een kunstgewricht en dat is kwetsbaarder dan uw oorspronkelijke heup. Bij onzorgvuldig gebruik van de heup en te zwaar lichaamsgewicht kan de verbinding tussen bot en prothese op den duur geleidelijk loslaten.

Zware lichamelijke inspanningen en met name sport kunnen de levensduur van het nieuwe gewricht verkorten, doordat hierdoor loslating vervroegd kan optreden. Bespreekt u daarom bij twijfel met uw behandelend orthopeed of u bepaalde activiteiten al dan niet kunt uitvoeren.

De vervanging van het heupgewricht is een veel voorkomende operatie, waar patiënten veel baat bij hebben. Er is een kleine kans dat er in de volgende jaren problemen ontstaan met de nieuwe knie. Voor verreweg de meeste mensen geldt dat zij, als zij de adviezen opvolgen, jarenlang probleemloos kunnen genieten van de heupprothese.

Wat te doen bij...

Als u weer naar huis gaat, kan het zijn dat u last krijgt van:

- Bij pijn neemt u de pijnstillers in die u voorgeschreven heeft gekregen van de arts. Het beste is om de pijnstillers evenredig verdeeld over de dag in te nemen.

Maakt u zich zorgen of krijgt u na ontslag koorts, waarbij de temperatuur hoger is dan 38,5 graden of als er sprake is van een nabloeding, neemt u contact op met het ziekenhuis via 033 – 850 50 50.

- Vraagt u **tijdens kantooruren** naar de afdeling waar uw operatie plaats vond.
- Vraagt u **buiten kantooruren** naar de Spoedeisende Hulp.

Meer informatie

Meer informatie kunt u ook vinden op internet www.zorgvoorbeweging.nl.

Contact

Telefoon

U kunt het ziekenhuis bereiken via het algemene telefoonnummer: 033 - 850 5050. U krijgt dan een telefonist(e) aan de lijn. Vraagt u naar de betreffende afdeling of zorgverlener. De telefonist(e) verbindt u door.

Website

Op www.meandermedischcentrum.nl vindt u informatie over het ziekenhuis, behandelingen, onderzoeken en opname. Ook kunt u hier alle patiëntenfolders bekijken.

Heeft u nog vragen?

Heeft u voor, tijdens of achteraf vragen over uw onderzoek/ behandeling, stelt u deze dan aan de specialist of degene die het onderzoek/ de behandeling uitvoert. Het is verstandig uw vragen van tevoren op te schrijven. Dan weet u zeker dat u niets vergeet.

1. _____ ?
2. _____ ?
3. _____ ?
4. _____ ?
5. _____ ?
6. _____ ?