

ORTHOPEDIE &
TRAUMATOLOGIE
REVALIDATIE

Nieuwe heup, Rapid Recovery, deel 1

H21



HET VAN WEEL-BETHESDA ZIEKENHUIS

Hoofdlocatie:
Stationsweg 22
3247 BW Dirksland

vanweelbethesda.nl
mijn.vanweelbethesda.nl
0187 60 73 00

Veel mensen met een versleten heupgewricht hebben baat bij een operatie waarbij het heupgewricht vervangen wordt door een heupprothese. Zo'n operatie is geen kleinigheid en het herstel vraagt veel wilskracht en inspanning van de patiënt en zijn familie. Een goede voorbereiding zal zeker bijdragen aan een vlot herstel.

U neemt deel aan het programma “Rapid Recovery”. Dit programma bevordert een snel herstel en verkort de gemiddelde opnameduur. Na de operatie richt het programma zich, ondersteund door goede pijnbestrijding, op het snel mobiliseren na de ingreep. Dit gebeurt vaak al op dezelfde dag. Hierdoor ondervindt u minder achteruitgang in conditie en is er minder kans op complicaties.

In deel 1 van de informatie vindt u informatie over de nieuwe heup, de voorbereiding op de operatie, de opnamedag en de operatie. Deel 2 beslaat de periode na de operatie, de herstelfase en de eerste dagen thuis. U ontvangt deel 2 van het informatieboekje tijdens de voorlichtingsbijeenkomst. We raden u aan om deze patiëntinformatie goed te bewaren en bij elk bezoek aan het ziekenhuis mee te nemen. Er staat informatie in waar u ook tijdens uw opname wat aan heeft.

Het heupgewricht

Een gezond gewricht

De boteinden van beide botdelen (de gewrichtsvlakken) zijn bekleed met een laagje kraakbeen, zodat ze gemakkelijk over elkaar glijden. Het kraakbeen is glad en veerkrachtig en wordt gevoed door het gewrichtsvocht. De botdelen van een gewricht worden op hun plaats gehouden door een stevig kapsel. Om dit kapsel bevinden zich pezen en spieren. De spieren zorgen voor de beweeglijkheid, de benige gedeelten van een gewricht zorgen voor de stevigheid.

Het heupgewricht

Er bestaan verschillende soorten gewrichten en één daarvan is het kogelgewricht. Bij een kogelgewricht heeft het ene gewrichtsvlak de vorm van een kom, het andere de vorm van een kop. De gewrichtskop en de gewrichtskom passen precies in elkaar en kunnen naar alle kanten bewegen. Het heupgewricht is een kogelgewricht. Het verbindt het bekken met het dijbeen. De kop van het heupgewricht bevindt zich in het bovenste gedeelte van het dijbeen. De gewrichtskom bevindt zich in het bekken. Door het heupgewricht kan het been met behulp van spieren in alle richtingen worden bewogen.

Gewrichtsslijtage

Een aandoening van de gewrichten die bij veel mensen voorkomt, is gewrichtsslijtage. In medische termen wordt dit 'artrosis deformans' of kortweg 'artrose' genoemd. Artrose kan voorkomen in alle gewrichten van het menselijk lichaam, dus ook in het heupgewricht.

Door slijtage wordt de gladde kraakbeen laag van het gewricht aangetast en kan het zijn dat de kraakbeen laag uiteindelijk helemaal verdwijnt. De gewrichtsvlakken kunnen daardoor niet meer zo soepel langs elkaar glijden, met als gevolg dat het bewegen steeds moeilijker en pijnlijker wordt.

Een andere reden om de heup te vervangen is een dijbeenhalsbreuk.

Het behandeltraject voor de operatie.

Verwijzing & afspraak

Met een verwijzing van uw (huis)arts gaat u voor het eerste bezoek naar de polikliniek Orthopedie.

Poliklinisch onderzoek

Het onderzoek vindt plaats op de polikliniek Orthopedie en wordt in principe uitgevoerd door een van onze orthopeden of Physician Assistant (PA). Vóór of tijdens de afspraak op de polikliniek wordt een foto van uw heup gemaakt.

U brengt mee:	U ontvangt:
• Verwijzing huisarts. • Aanvraag foto.	Patiënten informatie: • Wegwijs in Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis • Anesthesie en Preoperatieve Screening • Rapid Recovery: een nieuwe heup (deel 1) • Rapid Recovery: met een nieuwe heup naar huis (deel 2) Of: • Rapid Recovery: met een nieuwe heup naar huis, spierbesparende methode (deel 2)

Preoperatieve screening (POS)

U krijgt voorafgaand aan de operatie een preoperatief onderzoek op de POS poli. De anesthesioloog bespreekt met u wat voor soort verdoving u krijgt. Het is belangrijk dat u het informatie boekje “Preoperatieve Screening en Anesthesie” goed doorleest voor uw bezoek aan de POS poli. De verpleegkundige neemt een anamnese bij u af (uw gezondheidstoestand) en geeft uitleg over de opname op de verpleegafdeling.

De apotheek bespreekt de medicijnen die u gebruikt.

U brengt mee:
Patiënten informatie: Preoperatieve Screening en anesthesie

Voorlichting

Vóór de operatie krijgt u een mail met een link die u voorlichting geeft over de operatie en de opname. Het is noodzakelijk dat u bij de POS poli bent geweest en de voorlichting via de mail hebt gezien voordat de operatie kan plaatsvinden.

De volgende hulpmiddelen kunnen praktisch of noodzakelijk zijn:

- Lopen met een hulpmiddel: bijvoorbeeld elleboogkrukken, een looprek, een rollator of een stok. (voor huur zie laatste pagina)
- Bukken: 'helping'-hand (instrument om iets van de grond op te rapen).
- Aankleden: sok aantrekker, lange schoenlepel.
- Het is verstandig schoenen te dragen die vast aan de voet zitten en een brede hak hebben. Hoge hakken en slippers moet u de eerste 3 maanden vermijden.
- Douche en toilet: handgrepen in douche en toilet zijn praktische steunpunten. Een douchestoel of tuinstoel met een hoge rugleuning kan nuttig zijn.

Vorbereiding voor een heupoperatie.

Stoppen met roken

Omdat nicotine de wondgenezing verstoort is het verstandig om voor de operatie te minderen (of nog beter) te stoppen met roken. Voor meer informatie over stoppen met roken kunt u terecht op de website www.ikstopnu.nl.

Afvallen

Soms is het noodzakelijk uw gewicht te verminderen, omdat overgewicht een extra belasting voor de nieuwe heup vormt. Voor eventuele hulp schakel diëtiste of huisarts in.

Bijzonderheden na POS bezoek en voor opname

Een heupprothese is gevoelig voor infecties. Als u zich grieperig voelt, koorts of een infectie (bijvoorbeeld blaasontsteking, tandvleesontsteking, longontsteking etc.)

heeft in de week voor opname, neemt u dan direct contact op met de polikliniek Orthopedie T 0187 60 71 16. Wij beoordelen of uw geplande operatie door kan gaan om (ernstige) complicaties te voorkomen. Heeft u een wondje of bijvoorbeeld een ingegroeide teennagel, bel dit dan door aan de poli, het kan dan zijn dat u nog op de poli Orthopedie wordt gezien voor opname.

Vergeet niet om op tijd te stoppen met uw bloedverdunners voor de opname zoals met u is afgesproken op de POS poli. Heeft u na het POS poli bezoek nog andere medicijnen gekregen, meld dit dan bij het opname gesprek!

Kleding

- Neem ruim zittende kleding mee.
- Neem een grote slip of boxershort mee, dit i.v.m. “schuren” op de wond.
- Neem goede platte schoenen mee die niet te strak zitten.

U brengt mee tijdens de opname:
Patiënten informatie: • Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis: Wegwijs in Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis • Anesthesie en Preoperatieve Screening • Rapid Recovery: een nieuwe heup (deel 1) • Rapid Recovery: met een nieuwe heup naar huis (deel 2)

Dag van de operatie

Vorbereidingen voor de operatie

Wij raden u aan om de ochtend of avond voor de operatie thuis onder de douche te gaan. Dit in verband met de hygiëne tijdens de operatie.

Op de dag van operatie is het belangrijk dat u nuchter komt en de instructies hebt gevolgd uit “Preoperatieve Screening en anesthesie”.

Opname

Op de dag van opname meldt u zich bij de receptie en zij verwijzen u door naar de afdeling. Op de afdeling maakt u kennis met de verpleegkundige. Tijdens het opname gesprek wordt alles nog een keer met u doorgesproken over wat er op de Pos poli met u is afgesproken en geeft de verpleegkundige verdere uitleg over wat er gaat gebeuren. Neem uw medicatie mee om te controleren of deze goed in het systeem is gezet. De verpleegkundige zal deze met u doornemen. Als het opnamegesprek gedaan is krijgt u speciale operatiekleding en sokken aan.

De verpleegkundige rijdt u in uw bed van de afdeling naar de operatieafdeling. Hier

bereidt de anesthesioloog u voor op de operatie. Tijdens het Preoperatief Spreekuur (POS) is met u besproken of u een algehele narcose of ruggenprik krijgt.

De operatie

In de operatiekamer wordt de lucht continu verversd. De lucht is schoon, gefilterd en koud om bacteriën geen kans te geven om te overleven. Om het voor u aangenamer te maken dekken we u warm toe en blazen wij warme lucht over u heen. De medewerkers op de operatiekamers hebben ter voorkoming van infecties en voor hun eigen bescherming operatiekleding aan. Zij dragen lange blauwe jassen, kappen en handschoenen. De operatie duurt ongeveer een uur.

Er zijn twee soorten prothesen:

- De ongecementeerde heupprothese, waarbij de kom en de steel moeten vastgroeien in de het bot.
- De gecementeerde heupprothese, waarbij de kom en de steel met speciaal cement worden bevestigd.

Beide heupprothesen kunnen volledig worden belast. Uw specialist bespreekt met u welke prothese hij bij u plaatst.

Pas op met infecties en ontstekingen voor uw operatie!

LET OP: als u een infectie of ontsteking heeft, kan de operatie niet doorgaan omdat u dan een vergroot risico heeft op problemen met de prothese. Het gaat bijvoorbeeld om infecties aan uw tenen of voet, ontsteking van uw tandvlees of uw huid, blaasontsteking of wonden. Daarnaast kan ook een verkoudheid of griep een risico zijn voor de operatie. Een behandeling bij de pedicure kort voor uw operatie is af te raden. Om infectie te voorkomen is hygiëne van de voet en teennagels erg belangrijk. Neem bij een van bovengenoemde aandoeningen zo snel mogelijk contact met ons op, zodat we kunnen beoordelen of de operatie moet worden uitgesteld. Secretariaat orthopedie is op werkdagen van 8.30 – 15.00 uur telefonisch bereikbaar op telefoonnummer 0187 607117.

Direct na de operatie

U verblijft korte tijd op de uitslaapkamer (verkoeverkamer). Hier worden uw vitale functies gemeten. Om uw heup wordt direct na de operatie een speciaal drukverband voor de heup (spica) aangebracht om de kans op een nabloeding te verkleinen. U draagt deze tot de volgende morgen.

Als u weer goed wakker bent dan gaat u terug naar de verpleegafdeling. Hier zal de verpleging regelmatig uw vitale functies controleren. Na de operatie kunt u pijn hebben of misselijk zijn. Met behulp van medicijnen verlichten we de pijn zoveel

mogelijk, zodat u sneller van de operatie kunt herstellen. Ook tegen de misselijkheid kunt u medicijnen krijgen. In eerste instantie heeft u geen gevoel in de benen. Dit heeft nog te maken met de ruggenprik en trekt na verloop van tijd weg.

Als u geopereerd wordt, beweegt u minder. Hierdoor is er een kans op trombose (stolsels in het bloed). Om deze reden krijgt 's avonds na de operatie bloed verdunnende medicijnen in de vorm van injecties onder de huid (Fragmin). Dit wordt elke dag gegeven tot zes weken na de operatie. Dit moet u thuis op een vast tijdstip bij u zelf gaan prikken.

Complicaties

Geen enkele ingreep is zonder risico's. Zo is ook bij deze operatie de kans op complicaties aanwezig zoals trombose, nabloeding, longontsteking of wondinfectie. Een zwelling rondom de wond na een prothese operatie (heup of knie) is normaal. Er is door de operatie een onderhuidse bloeding ontstaan, welke een zwelling veroorzaakt. Het lichaam zorgt ervoor dat dit oude bloed weer wordt opgenomen in het lichaam. Dit kan echter wel een paar weken duren. De huid zal hierdoor ook vaster aanvoelen rondom de wond en het gebied daaromheen. De zwelling kan ook zakken in het been, waardoor het gehele been en soms ook de voet gezwollen kunnen zijn. Dit is een normaal verschijnsel. Wordt het been hierbij ook rood, warm, heeft u toename van de pijnklachten en/of koorts neem dan contact op met de poli orthopedie. Met een prothese blijft het risico van infectie bestaan. Bij een operatieve ingreep, het trekken van een tand of kies of wortelkanaalbehandeling is het belangrijk dat u vertelt dat u een kunstheup heeft. De arts kan u dan antibiotica geven, om het gevaar van infectie tegen te gaan.

Mogelijke complicaties zijn:

- Infectie van de geopereerde heup. Dit kan rond de operatie optreden, echter ook in de jaren erna. Dit kan omdat bijvoorbeeld een infectie elders in het lichaam zich verplaatst naar de heupprothese.
- Wondlekkage.
- Uw heup kan uit de kom schieten (luxeren). De kans daarop is uiteindelijk erg klein, maar nooit geheel uitgesloten.
- Trombose: Dit is een afsluiting van een bloedvat door een bloedprop. Het achterliggende lichaamsdeel krijgt dan geen zuurstof en voeding meer. Om dit probleem te voorkomen krijgt u bloedverdunnende medicijnen die u zichzelf moet toedienen met behulp van injecties. U krijgt hierover uitleg en begeleiding.
- Loslating van de prothese na langere tijd. De heupprothese kan eventueel vervangen worden.
- Soms ontstaat een minimaal beenlengteverschil.
- Zenuwletsel: Tijdens of vlak na de operatie kunnen uitvalsverschijnselen optreden

door rek of druk op een zenuw. Als dit zich voordoet is het bijna altijd van voorbijgaande aard. Het kan wel betekenen dat het herstel iets langer duurt.

De eerste dag na de operatie

Infuus en controle foto

Als u voldoende drinkt, de bloedcontroles goed zijn en er geen medicijnen via het infuus hoeven te worden gegeven, mag op de dag na de operatie het infuus worden verwijderd. De eerste dag na de operatie wordt er een röntgenfoto van de geopereerde heup gemaakt. De eerste dag na de operatie wordt er bloed afgenomen om te controleren.

Hulp bij lichamelijke verzorging

Het is de bedoeling dat u zo snel mogelijk weer dingen zelf gaat doen. Uw heup is immers vervangen, verder bent u niet ziek. De eerste dag loopt u onder begeleiding van de verpleegkundige naar het toilet. De verpleegkundige zal u begeleiden bij het wassen. Wilt u gaan douchen dan is het verplicht zittend te douchen vanwege de gladheid.

Starten met oefenen

De dag van de operatie start u onder begeleiding van een fysiotherapeut met de looptraining. Als u thuis de trap op en af moet leert u de eerste dag traplopen. Het is de bedoeling dat u met een loophulpmiddel kunt lopen als u weer naar huis gaat. Tijdens de loopoefeningen is het raadzaam om makkelijk zittende kleding en stevige schoenen aan te hebben. De oefeningen staan beschreven in het informatieboekje Deel 2 "Rapid Recovery: met een nieuwe heup naar huis". De fysiotherapeut hoopt in de ochtend en in de middag een keer langs te komen om alle oefeningen met u door te nemen. De rest van de oefeningen mag u hierna zelfstandig gaan oefenen. Tijdens de middag moet u proberen even te rusten dit kan in de stoel of op uw bed.

Naar huis

Naar huis

De meeste mensen kunnen de dag na de ingreep weer naar huis. Voordat u het ziekenhuis verlaat zal uw fysiotherapeut met u een aantal oefeningen doen die u helpen de beweeglijkheid en kracht in uw gewricht terug te krijgen. U leert hoe u na thuiskomst op een veilige manier kunt traplopen, hoe u in en uit een zittende positie komt. Wij raden u aan vrienden of familie in te schakelen om u thuis na de operatie bij te staan. De wond wordt verschoond op de dag van ontslag voordat u weggaat. Hierbij krijgt u een douchepleister op die nat mag worden. U krijgt wondmateriaal mee naar huis. Op de 5e dag dat u thuis bent, verschoont u zelf uw pleister. Hiervoor heeft u informatie meegekregen van de verpleegkundige.

Wanneer neemt u contact op

Gaat de wond lekken, rood zien of pijn doen, neem dan direct contact op.

Van maandag tot en met vrijdag van 8.30 uur-17.00 uur met de polikliniek

Orthopedie,

T 0187 60 71 16 of 0187 60 71 17

Buiten kantoortijden met de verpleegafdeling

T 0187 60 74 81

Voor verder informatie hierover zie informatieboekje "Rapid Recovery: met een nieuwe heup naar huis deel 2".

Fysiotherapie

U oefent thuis onder begeleiding van de fysiotherapeut. U neemt al vóór opname contact op met een fysiotherapeut in uw directe woonomgeving voor een afspraak na ontslag. Het is de bedoeling dat deze fysiotherapeut u in de eerste week na ontslag aan huis bezoekt. De fysiotherapeut van het ziekenhuis zorgt voor de overdracht naar de fysiotherapeut bij u in de buurt, die voor de verdere nabehandeling zal zorgen. De vergoeding van de fysiotherapie thuis is afhankelijk van uw ziektekostenverzekeraar.

Vervoer naar huis

Vervoer bij ontslag naar huis regelt u zelf. Vaak wordt de familie ingeschakeld. Is dat niet mogelijk dan kan de verpleegkundige een rolstoelbus/taxi regelen. De kosten hiervan zijn voor uw eigen rekening.

Overige informatie

Hulpmiddelen huren/kopen

Voor het kopen van een loophulpmiddel (krukken en een looprek) kunt u terecht bij het Patiënten Service Bureau (PSB) in de polikliniek hal. Zij zijn geopend op werkdagen van 9.00 - 16.00 uur.

Voor overige hulpmiddelen kunt u terecht bij een thuiszorgwinkel. U kunt daar ook hulpmiddelen huren. Thuiszorgwinkels zijn in heel Nederland beschikbaar. U vindt het adres van een thuiszorgwinkel in uw regio in het telefoonboek, de Gouden Gids of www.regelhulp.nl.

Meer informatie

Heeft u vragen of wilt u meer informatie? Kijk dan in uw persoonlijk PatiëntenPortaal, op onze website of vraag het aan uw zorgverlener via de BeterDichtbij app of telefonisch.

PatiëntenPortaal

Op ons PatiëntenPortaal mijn.vanweelbethesda.nl kunt u terecht voor veilige

toegang tot uw medisch dossier, persoonlijke gegevens, het maken en inzien van afspraken en voorlichting over uw aandoening en/of behandeling. Het portaal is toegankelijk met behulp van uw DigiD.

BeterDichtbij app

Met de gratis BeterDichtbij app heeft u eenvoudig en veilig contact met uw eigen arts of andere zorgverlener. Wanneer uw e-mailadres en uw mobiele telefoonnummer correct geregistreerd zijn in ons systeem, ontvangt u na het maken van uw eerste afspraak een uitnodiging voor deze app.

Hulp nodig bij het PatiëntenPortaal of BeterDichtbij?

Neem contact op met de Digihulp van CuraMare via digihulp@curamare.nl of 0187 89 10 10 (tijdens kantooruren).

Vergoeding van uw zorgkosten

Niet alle zorg in het ziekenhuis wordt vergoed door uw zorgverzekeraar. U betaalt ook altijd de hoogte van uw eigen risico. Vraag vooraf bij uw zorgverzekeraar of uw behandeling in ons ziekenhuis vergoed wordt.

Het Van Weel-Bethesda Ziekenhuis is
onderdeel van:



CURAMARE

Ouderenzorg - Thuiszorg - Ziekenhuiszorg