

Het heupgewricht

Het heupgewricht bestaat uit een kop (femur) en een kom. Een gezond heupgewricht is bedekt met een glad oppervlak (kraakbeen) dat ervoor zorgt dat de kop van het dijbeen soepel in de kom kan draaien.

Bij jou functioneert het heupgewricht dus zo slecht dat de bedekking (het kraakbeen) vervangen moet worden door een prothese.

De heupprothese

Bij een totale heupprothese worden zowel de kop als de kom van het heupgewricht vervangen zodat vloeiende en pijnloze bewegingen opnieuw mogelijk zijn.

De meest voorkomende redenen om een heupprothese te krijgen, zijn:

- slijtage van de heup (artrose)
- reumatoïde artritis (ontsteking gewricht)
- aangeboren afwijking (bv. heupdysplasie)
- avasculaire necrose (tijdelijk of permanent verlies van bloedtoevoer naar het bot)
- heupbreuken

Vorbereidingen thuis

De eerste weken na de ingreep zal je minder mobiel zijn. Tref daarom de nodige voorbereidingen.

- Plaats voor vertrek naar het ziekenhuis de spullen die je dagelijks gebruikt op handhoogte. Leg ook je kledij op reikhoogte.
- Voorzie eventueel aanpassingen in jouw leefruimte, zodat je na de ingreep vlot en veilig thuis kan bewegen. Zet bijvoorbeeld hinderend meubilair of kleine tapijten even weg.
- Neem ook contact met de sociale dienst van het ziekenhuis om de nodige

ondersteuning (thuishulp, hersteloord) te voorzien na je ingreep.

- Blijf nuchter vanaf middernacht voor je ingreep. Eten en drinken is vanaf dan niet meer toegestaan.

De opname

Wat breng je mee?

- Bloedgroepkaartje
- Verzekeringsformulieren, formulieren voor ziekenfonds en evt. papieren voor werkgever
- Lijst met thuismedicatie en de dosering (alsook de medicatie zelf)
- Krukken (via het ziekenfonds)
- Gemakkelijke kleding + schoenen (deze moeten vast aan de voet zitten)

Aanmelden

Je komt de dag van je operatie naar het ziekenhuis. Bij aankomst schrijf je je met je identiteitskaart in aan het onthaal. Naast het onthaal bevindt zich de opnamedienst. Een medewerker begeleidt je naar de afdeling.

De (hoofd)verpleegkundige zal je daar verwelkomen. Nadien volgt een korte uitleg over wat jou te wachten staat. We informeren ook naar je ontslagplanning (naar huis of naar revalidatiecentrum ...) en kunnen indien nodig een medewerker van de sociale dienst om ondersteuning vragen.

Vooronderzoeken

Tijdens de raadpleging zal je behandelend arts de nodige vooronderzoeken bepalen. De anesthesist komt ook nog even bij je langs voor verdere informatie. De chirurg zal de te opereren heup markeren met een stift.

De operatie

Breng de volgende zaken in orde net voor je naar het operatiekwartier vertrekt:

- Trek een operatiehemd aan. Daaronder draag je enkel een slip.
- Ga naar het toilet.
- Verwijder juwelen (horloge, ringen, oorbellen, halskettingen, piercings), een hoorapparaat, een vals gebit, een bril of contactlezen.
- Verwijder je make-up en nagellak voor de operatie. Ook gelnagels verwijder je best (gedeeltelijk) voor de ingreep (minstens één teen- of vingernagel moet vrij/bloot zijn voor de ingreep).

In het operatiekwartier

Bij aankomst op het operatiekwartier wordt een infuus geplaatst. De anesthesist zal je kort spreken in het operatiekwartier voor de verdoving wordt toegediend. Tijdens de ingreep krijg je antibiotica toegediend om het risico op infectie te beperken.

In de ontwaakzaal

Je verblijft nog enkele uren in de ontwaakzaal onder toezicht van een anesthesist en een verpleegkundige. Hier worden je bloedsomloop en ademhaling nauwgezet opgevolgd tot je lichaam al deze functies zelf herneemt. De tijd die je in de ontwaakzaal doorbrengt, varieert en is afhankelijk van de soort verdoving.

Op de kamer

Op je kamer op de afdeling heelkunde word je verder opgevolgd door een verpleegkundige. Je krijgt ijsplakken en pijnstillers toegediend om de pijn en de zwelling tegen te gaan.

Na de operatie

Dag +1

- Infuus verwijderen
- Verbandcontrole
- Pijnbestrijding
- Bloedafname (dag +2)
- RX-controle heup en bekken (dag +2)
- Opkomen uit bed met hulp van een verpleegkundige, kinesio- of ergotherapeut (zo mogelijk reeds de avond van de operatie)
- TED-kousen aandoen
- Anticoagulantia inspuiting (vorming van trombose voorkomen)

Dag +2 / dag +3 ... tot ontslag

- Verbandcontrole
- Observatie pijn
- TED-kousen
- Anticoagulantia inspuiting

Ontslag

Ontslagrichtlijnen

- TED-kousen tot 20 dagen na ontslag
- Anticoagulantia inspuiting 1 keer per dag (tot 20 dagen na ontslag)
- Kinesitherapie (tot 5 keer per week, geen krachtoefeningen)
- Hechtingen verwijderen door huisarts (na twee weken)
- Fietsen (evt. hometrainer)
- Steunen: volledige belasting, krukken volgens noodzaak

Ontslagdocumenten

- Ontslagformulier
- Verwijsbrief voor de huisarts
- Voorschrift voor de kinesitherapie
- Voorschrift voor de thuisverpleging
- Voorschrift voor thuismedicatie
- Afspraak voor een consultatie 6 weken na de ingreep
- Aanvraag voor een RX van je heup op de dag van consultatie

Ontslagcriteria

- Trappen kunnen doen
- Zelfstandig in en uit bed kunnen stappen
- Verband droog

Tot slot

Als je na het lezen van deze folder nog vragen hebt, kan je contact opnemen met je behandelend arts of met de verpleegkundige van de afdeling.

Nuttige telefoonnummers:

Secretariaat orthopedie:	09 387 70 68
Dienst heilkunde	09 387 71 50



Totale heupprothese



6052 3328 – juli 2021