

Kunstig hofte (hoftealloplastik)

Til patienter og pårørende

Vi tilbyder dig at få en ny hofte. Her kan du læse om hele forløbet.

Vi tilbyder dig at få en ny hofte. Her kan du læse om hele forløbet.

Det er en god idé at få en af dine pårørende til at læse informationen. Operationen varer cirka 1,5 time. Du er indlagt i 1-2 dage. De fleste udskrives dagen efter operationen.

Hvordan behandles hofteslidgigt?

Hoftekirurgi er den kirurgiske behandling af lidelser i hofte. Formålene med hoftekirurgi er at mindske patientens smerter i hofte samt at øge aktivitetsniveau og bevægelighed i den opererede hofte. Sigtet er dermed også at forbedre livskvaliteten for den enkelte patient. Hoftekirurgi på Esbjerg Sygehus Grindsted Sygehus omfatter primært:

Hofteprotesekirurgi

Udskiftning af et ødelagt hofteled med hofteledsprotese i både hofteskål og øvre lårben. Dette kan være både med- og uden cement.

Revisionskirurgi

Kirurgisk behandling af problemer omkring indsatte hofteproteser. Det drejer sig særligt om specialiseret behandling af løse hofteproteser, infektion omkring hofteproteser og knoglebrud omkring hofteproteser.

Sådan forbereder du dig til operation

Hofteseminar

Før operationen skal du til et møde, der varer cirka 1,5 time. Her vil en sygeplejerske, en læge og en fysioterapeut give en grundig gennemgang af forløbet. Der vil være mulighed for at stille spørgsmål. Skriv derfor gerne dine spørgsmål ned.

Kontakt os ved sår og betændelse

Det er vigtigt, at huden omkring operationsstedet er helt. Får du sår, rifter, bumser eller myggestik i og omkring operationsstedet, skal du nævne det til hofteseminaret eller kontakte sengeafsnittet, hvor du skal opereres.

Hold dig fysisk aktiv

Jo bedre fysisk form du er i før operationen, jo hurtigere kan du genoptræne din hofte efter operationen. Musklerne er ofte svage på grund af det slidte hofteled. Derfor skal du inden operationen træne dine muskler i den udstrækning, hofte tillader det. Træning må ikke forværre eventuelle smerter.

Træning kan være:

- daglige gåture

Kunstig hofte (hoftealloplastik)

- cykling - gerne på en kondicykel
- svømning
- trappegang.

Spis fornuftigt

Det er vigtigt at spise proteinrig mad op til en operation. Proteiner finder du i kød, fisk, fjerkræ, æg, mælkeprodukter, mandler og nødder.

Kosten bruger kroppen til at opbygge muskler, hele sår og til at styrke dit immunforsvar.

Medicin

Gigtmedicin: Hold pause 7 dage før operation.

Naturlægemedicin (f.eks. fiskeolie): Hold pause 14 dage før operation.

Vi anbefaler, at du tager 1 multivitamin dagligt 2 uger før operationen.

Blodfortyndende medicin

Hvis du får blodfortyndende medicin, kan der være særlige regler. Vær opmærksom på, at du har fået præcis besked om netop den slags medicin, du får. Er du tvivl, skal du kontakte afdelingen.

Hjemmepleje

Får du hjælp fra hjemmeplejen, skal du fortælle dem, hvornår du skal opereres, og at du forventer at blive udskrevet 1-2 dage senere.

Rygning

For at fremme sårhelingen og minimere risiko for komplikationer anbefaler vi, at du stopper med at ryge 6 uger før din operation og vedholder rygestoppet efter operationen.

Alkohol

Et alkoholforbrug på mere end 4 gentagne dagligt øger risikoen for komplikationer som sårproblemer, infektioner, lungeproblemer og forlænget indlæggelsestid. Hvis du normalt drikker mere end 4 genstande om dagen, råder vi dig til at stoppe helt med at drikke alkohol mindst 4 uger før din operation.

På operationsdagen

Faste

De sidste 6 timer før du møder på afdelingen må du ikke spise mad eller drikke mælkeholdige produkter.

Indtil 2 timer før du møder må du drikke klare/tynde væsker, fx vand, saft, juice u. frugtkød, sodavand, sort kaffe eller te (uden mælk).

De sidste 2 timer før du møder må du intet indtage.

Du får informationer om fasteregler af narkoselægen/sygeplejersken.

Bad før operation

For at undgå infektion skal bakterieantallet på huden være så lavt som muligt før operationen. Hele kroppen vaskes med almindelig sæbe aftenen før/eller om morgenen før operationen.

Bedøvelse

Som patient møder du anæstesiafsnittet både ved forundersøgelse, hvor du kommer til samtale med en anæstesilæge/sygeplejerske, og på operationsdagen, hvor anæstesilægen/sygeplejersken bedøver dig før operationen.

Kunstig hofte (hoftealloplastik)

Bedøvelsen bliver altid planlagt individuelt, så vi tager hensyn til lige præcis dig, indgrebet, din helbredstilstand og dine behov. Medbring en opdateret medicinliste.

Ankomst i afdelingen

Indlæggelse

Ved ankomsten får du at vide, hvornår på dagen, du kan forvente at blive opereret. Operationen varer cirka 1,5 time. Vi anbefaler du medbringer: Medicin, det gule sundhedskort, toiletsager, behageligt tøj, kontaktsadresser på pårørende, hjælpemidler, underholdning og digitale enheder som mobiltelefon.

Inden operationen

- klipper personalet hofteområdet for hår.
- du får sygehustøj på.
- du taler med lægen, som sætter kryds på den hofte, du skal have opereret.

Hvordan forholder jeg mig efter operationen?

Efter operationen bliver du kørt på opvågningsstuen. Senere kommer du tilbage til sengeafdelingen.

- Straks efter operationen begynder genoptræningen af din nye hofte.
- Normalt må du støtte fuldt ud på det opererede ben.
- Du får hjælp af plejepersonalet til at komme ud og ind af sengen 2-4 timer efter operationen.
- For at forebygge blodpropper får du medicin for dette på operationsdagen.

Dagen efter operation får du:

- eventuelt taget blodprøver.
- røntgen af din hofte.

Træn med fysioterapeuten

Fysioterapeuten træner med dig 1-2 gange om dagen.

Herudover træner du selv i løbet af dagen.

- Fysioterapeuten underviser dig i at gå med albuestokke og gå på trapper.
- Du får et program, du skal træne efter, når du kommer hjem. Afdelingens fysioterapeut vil vise dig de nødvendige træningsøvelser.
- Får du brug for hjælpemidler, udleveres det under indlæggelsen.

Alle aktiviteter er træning, for eksempel:

- toiletbesøg
- vaske sig på badeværelset
- være oppe i eget tøj
- gå til madvognen
- sidde oppe til måltider.

Smertestillende medicin

Du kan forvente at få smerter efter operationen. Vi kan ikke gøre dig 100 % smertefri, men du skal fortælle personalet, når du begynder at få ondt, så du kan få smertestillende i tide.

Så længe du har ondt, skal du have smertestillende. Det er vigtigt, at du er smertedækket, så du kan træne, også efter du er kommet hjem. Ved udskrivelsen får du udleveret en medicinliste og bliver orienteret om smertebehandlingen.

Udskrivelse

Du har mulighed for at blive udskrevet dagen efter, hvis du er:

- acceptabel smertedækket.

Kunstig hofte (hoftealloplastik)

- der er en plan for, hvordan du håndterer din smerte.
- du ved, hvordan du fortsætter din træning hjemme.

Når du kommer hjem

Sygemelding

For de fleste drejer det sig om 2 måneder. Ved tungt arbejde eller et arbejde, der belaster hoften, kan det blive længere tid.

Hævelse og varme

De første måneder efter operationen hæver dit ben. Den opererede hofte vil føles varmere end den anden. Det er normalt og vil langsomt fortage sig. Det kan fortsætte op til 1 år efter operationen. Træner du for meget, vil dit ben hæve, blive varmt og gøre mere ondt. Derfor er det vigtigt, at du efter øvelserne ligger med benet hævet over hjertehøjde.

Blå mærker og blodansamlinger er også normalt. Du kan blive blå helt ned på foden, men det forsvinder af sig selv indenfor 4-8 uger.

Sårpleje

Plasteret, over dit operationssår, skal først skiftes 7 dage efter operationen, med mindre det er fyldt med væske. Du får et plaster med hjem, så du selv kan skifte det på 7. dagen. Behold plasteret på indtil trådene er fjernet. Plasteret kan tåle brusebad.

Vær opmærksom på betændelse

Ved tiltagende rødme, varme, hævelser, feber, dunkende smerte eller sivning skal du kontakte den sengeafdeling, du var indlagt på. Hvis Kirurgisk Sengeafsnit, Grindsted er lukket, skal du kontakte Ortopædkirurgisk Sengeafsnit i Esbjerg.

Mave- og tarmfunktion

Du får under indlæggelsen medicin for at få din mavefunktion i gang igen. Det er ikke altid, at maven fungerer normalt, når du kommer hjem. Du får råd om forskellige tiltag. På apoteket kan du også få råd og vejledning i, hvilket medicin du skal købe.

Alment velbefindende

Det er en stor operation, du har fået. Du kan være træt i ugerne efter operationen.

Husk at tage et hvil flere gange om dagen med benet over hjertehøjde

Du fortsætter med din daglige træning derhjemme. Det er dit eget ansvar, at du får lavet dine øvelser.

På den måde får du den bedst mulige funktion af din nye hofte.

I enkelte tilfælde vurderer fysioterapeuten på sygehuset, at du har brug for hjælp til genoptræning. Du bliver henvist til din hjemkommunes fysioterapeut, som kontakter dig efter udskrivelsen.

Tandlæge

Det er vigtigt at informere din tandlæge om, at du har en kunstig hofte. Tandlægen vil tage stilling til, om du eventuelt skal have antibiotisk behandling i forbindelse med et indgreb.

Ud at rejse

Det nye led kan udløse alarmer i sikkerhedskontrollen. Er det tilfældet forklarer du blot, at du er opereret i hoften med et nyt led.

Sport

Spørg den læge der har opereret dig.

Kunstig hofte (hoftealloplastik)

Svømmehal, spa og karbad

To dage efter at dine tråde er blevet fjernet, må du gå i svømmehal, spa og karbad. Såret skal være helt tørt.

Komplikationer

Risiko for betændelse

Når du har fået en ny hofteprotese, kan der være en lille risiko for betændelse. Derfor får du under og efter operationen forebyggende antibiotisk behandling. Hvis du får betændelse i hoften, kan det blive nødvendigt at behandle dig i længere tid med antibiotika. Det kan også blive nødvendigt, at du får rensset hofteleddet ved en operation.

Forskel på benlængde

Du kan få en lille forskel på benlængden, efter du har fået en ny hofteprotese. Det skyldes mindre eller større slidforandringer i hofteleddet. Den nye hofteprotese skal have tid til at sætte sig. Benlængdeforskel kan derfor først afgøres efter 3-6 måneder.

Risiko for blodpropper

Oplever du ekstra hævelse, smerter, misfarvning/rødme efter udskrivelsen, skal du kontakte Kirurgisk Sengeafsnit Grindsted, er den lukket, skal du kontakte Ortopædkirurgisk Sengeafsnit i Esbjerg.

Risiko for at hoften går af led

Det kan forekomme, at hoften går ud af leddet. Dette viser sig ved, at der kommer pludselige smerter, og du er oftest ikke i tvivl. Ring 112 eller hvis du er i tvivl, så kontakt Kirurgisk Sengeafsnit Grindsted. Er den lukket skal du kontakte Ortopædkirurgisk Sengeafsnit Esbjerg. Risikoen er meget lille, men hvis det sker, så bliver hoften sat på plads under bedøvelse. Genoptræningen fortsætter som regel uden forsinkelser eller ændringer i forløbet.

Kontrol

14 dages kontrol

I Ortopædkirurgisk Ambulatorium fjernes trådene i dit operationssår.

4 ugers kontrol ved fysioterapeut

Tidspunktet står i indkaldelsesbrevet.

Fysioterapeuten undersøger funktionen af din hofte og taler med dig om, hvordan træningen går samt hvordan din dagligdag fungerer. Er alt i orden ved denne kontrol, afsluttes du fra sygehuset.

Printvenlig symptomguide

En guide som fortæller dig, hvordan du skal forholde dig til dine symptomer efter operationen. Læs og print symptomguiden i tabellen på side 6.

Spørg, hvis du er i tvivl

Kontakt Ortopædkirurgisk Afdeling.

Med venlig hilsen

Esbjerg Sygehus og Grindsted Sygehus

Kunstig hofte (hoftealloplastik)

Symptom	Grøn Alt er normalt.	Gul Kontakt den afdeling, hvor du er opereret. Kirurgisk Sengeafsnit, Grindsted (lukket i weekender) 79 18 91 00 Ortopædkirurgisk Sengeafsnit, Esbjerg 79 18 21 51	Rød Kontakt den afdeling, hvor du er opereret. Kirurgisk Sengeafsnit, Grindsted (lukket i weekender) 79 18 91 00 Ortopædkirurgisk Sengeafsnit, Esbjerg 79 18 21 51
Smerter	Du har moderate smerter i hvile og ved aktivitet. Det hjælper, når du tager smertestillende.	Du har mange smerter i hoften. De reduceres ikke selv om, du tager ekstra smertestillende eller bevæger dig mindre.	Du er faldet på hoften, eller du har gjort en bevægelse, og du har fået meget kraftige smerter og kan ikke støtte på benet. Ring 112.
Hævelse	Dit ben, på den opererede side, er hævet. Hævelsen aftager, når du ligger med benet eleveret over hjerte højde 1/2 time 4 gange dagligt. Samtidig laves 25 venepumpeøvelser.	Dit underben, på den opererede side, er hævet, varmt og rødt. Det hjælper ikke at ligge med benet hævet eller tage smertestillende. Når du trykker på lægmusklen, er der kraftig ømhed.	Du har voldsomme smerter.
Operations-såret	Der er lidt væske på plasteret, men det udvikler sig ikke væsentlig.	Det siver så meget, at plasteret bliver fyldt og skal skiftes dagligt eller oftere.	Såret er rødt, hævet og ømt og siver konstant.
Feber	Din hofte føles varm, men du har ikke feber.	Du har feber, og dit operationssår er tiltagende hævet, rødt og ømt.	Du har høj feber og kulderystelser.
Forstoppelse	Du har gang i maven, men ikke så ofte, som du plejer. Tag afføringsmiddel som aftalt ved udskrivelsen.	Selv om du tager afføringsmiddel, har du ikke haft gang i maven i flere dage. Du føler dig generet af det med nedsat appetit eller kvalme.	Du har slet ikke gang i maven, og du har stærke smerter mavesmerter, spændt mave, kvalme/opkastning. Kontakt egen læge eller vagtlægen.
Træthed	Du er mere træt, end du plejer at være.	Du sover meget af dagen og har ingen kræfter. Du er svimmel og kaster måske op.	Du besvimer, har hallucinationer og falder ofte i søvn.
Appetit	Du har let nedsat appetit.	Du får ikke din medicin pga. kvalme og opkastning.	Du kaster op og kan ikke holde maden i dig. Kontakt egen læge eller vagtlægen.
Uro i benet	Dit ben føles tungt. Du har måske uro i benet. Kan afhjælpes ved, at du går eller med smertestillende.	Du har en sovende fornemmelse i benet.	Du har nedsat/ophævet følesans i benet, og du kan ikke gå på benet.