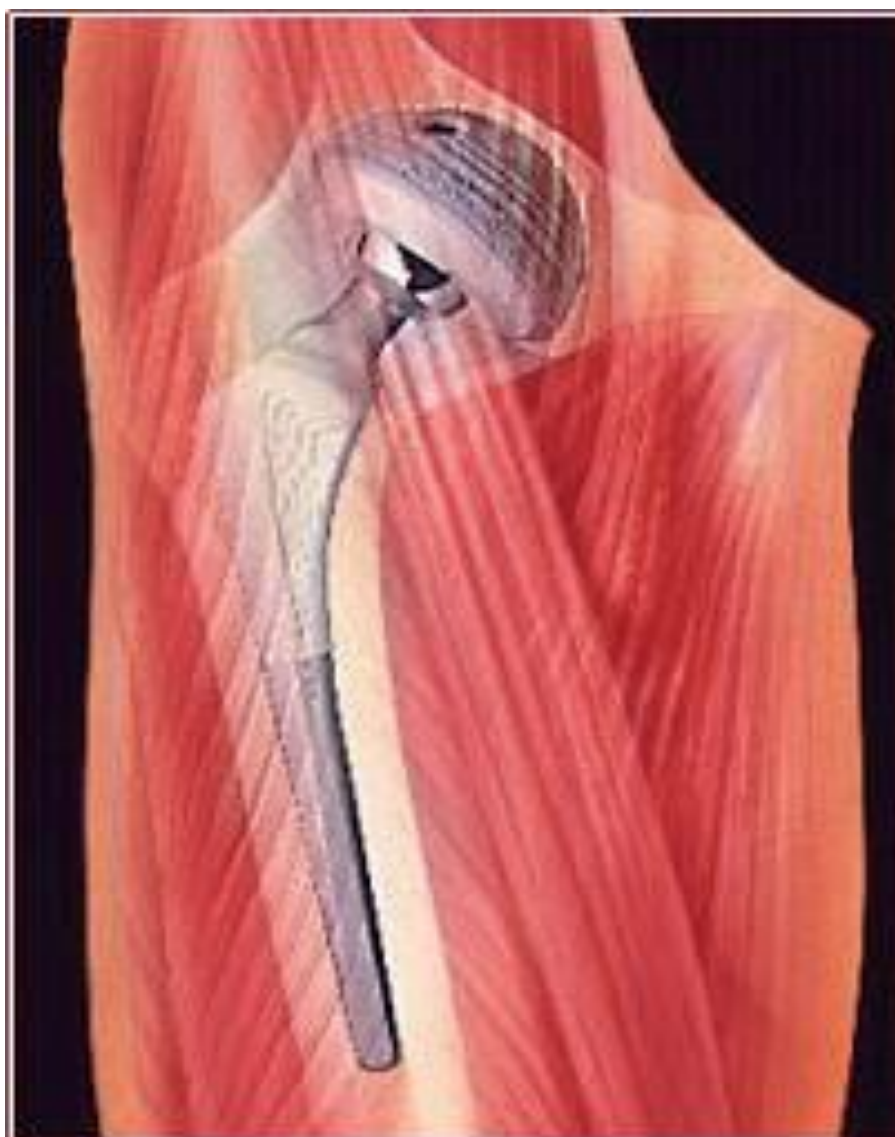


Operation med isættelse af kunstig hofte



REGION SJÆLLAND
SJÆLLANDS UNIVERSITETSHOSPITAL



-vi er til for dig

Hvorfor hofteprotese?

Slidgigt er den hyppigste årsag til operationen.

Andre årsager er brud på lårbenshals, hoftedysplasi og leddegigt.

Formål med operationen

Det primære mål er at give lindring af dine smerter. Du kan desuden forvente en bedre bevægelighed og kraft over hoften.

Udskiftning af et slidt hofteled vil generelt bedre din livskvalitet.

Hvad er en hofteprotese

En kunstig hofte består af:

- En metal hofteskål med en indre beklædning af nylon
- Et metalhoved, som passer til hofteskålen
- En lårbensprotese af metal

Afhængig af knoglens beskaffenhed, kan protesekomponenterne fastgøres med eller uden brug af knoglecement.

Det fulde udbytte af operationen kan du først forvente efter 6 – 12 måneder.

Egen indsats før operationen

Forberedelserne til operationen er en væsentlig del af behandlingen, og du bør allerede ved opskrivning til operationen starte med at:

Træne dine muskler

Du kommer hurtigere i gang efter operationen, hvis du er i bedst mulig fysisk form. Det gælder både kondition, åndedræt og musklerne i låret. Du kan træne ved f.eks. at gå ture, cykle, gå på trapper eller svømme. Du kan finde forslag til træning her:

[GLA:D Træning og øvelser - Helbredsprofilen](#)

Spise sundt

Det er vigtigt, at du får rigelig med proteiner, som medvirker til opbygning af muskler. Proteiner findes bl.a. i kød, fisk, æg, bønner, linser og mælkeprodukter. Hvis du er småtspisende, kan du evt. supplere med proteindrikke.

Drikke rigelig væske

Du bør indtage 1,5 l vand daglig.

Alkohol og rygning

Alkohol og rygning har en negativ indflydelse på sårets evne til at hele. Det er derfor vigtigt, at du ikke har et alkoholforbrug, der ligger over Sundhedsstyrelsens anbefalinger, og du bør stoppe helt med at ryge.

Betændelse i tænder, hals og blære

Det er vigtigt, at du allerede nu er opmærksom på, om du har betændelse i bl.a. tænder, hals og blære, og i givet fald skal du kontakte din egen læge / tandlæge for at få behandling inden operationen.

Hvis du får betændelse, skal du også kontakte hoftesektionen via **tlf. 4732 3350** kl. 9 – 12 på hverdage.

Sår og rifter

Af hensyn til risiko for betændelse er det vigtigt at undgå sår og rifter på huden omkring hoften.

Yderligere information

Ønsker du yderligere information, kan du søge på [Livet med artrose \(slidgigt\) - Helbredsprofilen](#).

Før din operation

Du bliver indkaldt til journaloptagelse i ambulatoriet. Du skal medbringe en opdateret liste over din vanlige medicin samt kosttilskud.

Husk at medbringe papirerne vedr. evt. knogledonation.

En læge eller sygeplejerske taler med dig om dit helbred, og du får undersøgt hjerte og lunger.

Hvis du er **overfølsom for medicin / madvarer**, er det vigtigt at du giver besked om det!

Medicin

Du bliver informeret om, hvilken medicin du skal tage på operationsdagen, samt hvilken medicin du skal holde pause med.

Hvis du tager kosttilskud, skal du holde pause med dette i 14 dage inden indlæggelsen.

Samtale med narkoselæge

Du taler med narkoselægen om din bedøvelse.

Der er 2 måder at blive bedøvet på:

Rygbedøvelse

Du får sprøjtet et bedøvelsesmiddel ind omkring nerverne i lænden. Du føler det som at få taget en blodprøve. Efter kort tid mærker du varme i benene, og derefter føler du at underkroppen bliver tung og følelsesløs. Operationen kan nu foregå smertefrit.

Du er vågen under operationen, men ønsker du at døse, kan du få et let sovemiddel. Du kan lytte til musik i hovedtelefoner.

Bedøvelsen aftager langsomt, og efter ca. 6 timer vil du kunne stå på dine ben.

Bivirkninger: Du kan have svært ved at lade vandet. Hvis det sker, får du lagt et kateter op i blæren. Du får fjernet kateteret igen, når bedøvelsen er helt aftaget.

Fuld bedøvelse

Du får sprøjtet et sovemiddel ind i kanylen på hånden, og du falder i søvn i løbet af få minutter. Du vil herefter sove uden smerter under hele operationen.

Bivirkninger: Du kan få kvalme og opkastning. Hvis du har behov for det, kan du få medicin mod kvalme.

Operationsdagen

Hjemme om morgenen

Du skal tage et brusebad og vaske dig grundigt med vand og sæbe inklusiv hårvask. Herefter skal du tørre dig med et rent håndklæde og tage rent tøj på. Du må **ikke** smøre creme på hoften.

- Medbring gerne løstsiddende tøj, samt fodtøj der sidder fast på fødderne.
- Husk at medbringe din vanlige medicin, dog ikke smertestillende medicin.
- Vi råder dig til at lade smykker og værdigenstande blive hjemme.

Faste og morgenmedicin

- Du må spise indtil **6 timer før din mødetid**.
- Du må drikke kaffe/te **uden mælk**, samt vand / saftvand, **ikke juice**, indtil 2 timer før mødetid.
- Du må tage den aftalte medicin, gerne med et glas sød saft, indtil 2 timer før mødetid.

Indlæggelse

Du skal møde enten i dagafsnittet 0. etage i R-fløjen eller på Ortopædkirurgisk sengeafsnit 3, mødested står i dit indkaldelsesbrev.

Du får taget en blodprøve når du er mødt.

Du skifter til hospitalstøj umiddelbart før afhentning til operation.

Du må ikke have make-up, neglelak - hverken på hænder og fødder, smykker eller ringe på under operationen.

Briller og kontaktlinser skal du tage af lige inden operationen.

Hvis du har tandprotese, høreapparat eller lignende, får du en pose til at opbevare disse i under operationen.

Når tidspunkt for din operation nærmer sig, kan du enten gå eller blive kørt til operationsafdelingen i din seng.

Operationsafdelingen

I et forrum til operationsstuen bliver du modtaget af det personale, der deltager i din operation. De sikrer sig din identitet, og ortopædkirurgen sætter et tusch-mærke over den hofte, der skal opereres.

Du får lagt en tynd plastikkanyle (drop) i hånden, samt elektroder på brystet.

Du får forebyggende medicin mod betændelse og blødning.

Operationen

Ortopædkirurgen lægger et 10 – 15 cm langt snit over hoften. Den slidte hofte fjernes, og der sættes en kunstig hofte i. Der bliver evt. lagt en plastikslange (dræn) ind i hoften for at undgå blodansamling. Huden bliver lukket med metalclips (agraffer), og der bliver

lagt en forbinding over såret.

Operationen varer ca. 1 time.

Efter operationen

Efter operationen er du på opvågningsstuen indtil du er frisk, hvorefter du bliver kørt tilbage til afdelingen.

På afdelingen hjælper personalet dig ud af sengen og på toilettet.

Smertes

Den første tid efter operationen har du behov for smertestillende medicin. Du får udleveret smertestillende medicin på faste tidspunkter.

Ved behov kan du få yderligere smertestillende medicin. Det er vigtigt, at du siger til, når du har brug for mere smertestillende.

Du får medicin for at holde maven i gang, samt evt. medicin mod kvalme.

Mobilisering

Mobilisering er en del af behandlingen, du vil derfor opleve at du bliver hjulpet ud af sengen allerede på operationsdagen. Dagen efter operationen vil en fysioterapeut instruere dig i øvelser og brug af gangredskaber.

Blodfortyndende medicin

Du får blodfortyndende tabletter, som du fortsætter med under indlæggelsen.

Røntgenkontrol

Du får taget et røntgenbillede af din hofte, for at sikre at hofteprotesen sidder korrekt.

Blodprøver

Du får taget blodprøver dagen efter operationen.

Stuegang / samtale med læge

Dagen efter operationen bliver du informeret om operationen, blodprøver og røntgenkontrol.

Genoptræning

Dagen efter operationen starter fysioterapeuten din genoptræning på afdelingen og du får udleveret en skriftlig plan for den videre træning.

Der bliver sendt en genoptræningsplan til din kommune, som vil varetage den videre genoptræning efter udskrivelsen.

Restriktioner efter operation

De første 6 uger efter operationen må du **ikke** føre det opererede ben ud til siden.

Ellers må du gøre hvad du kan indenfor smertegrænsen.

Udskrivelse

Du vil normalt blive udskrevet efter 1 - 2 dage.

Du skal have fjernet metalclips 14 – 21 dage efter operationen hos din egen læge. Du skal selv bestille tid.

Du får udleveret smertestillende tabletter til det første døgn, samt recepter på receptserver.

Du får udleveret 2 albuestokke, som du skal gå med i 1 måned. 1 albuestok i yderligere 2 måneder.

Personalet taler med dig om hvilke hjælpemidler du evt. har brug for.

Som hovedregel skal du selv sørge for hjemtransport.

Din egen læge får tilsendt et udskrivnings brev.

Hjemme igen

Du kan forvente at være træt, hvilket skyldes eftervirkning af operationen. De daglige gøremål kan tage længere tid, men det er en væsentlig del af din træning at udføre dem – sammen med de øvelser, du har lært.

Du må gerne træne på kondicykel, stepmaskine og lignende.

Lettere sportslig udfoldelse kan du normalt genoptage efter 3 måneder.

Operationssår og forbindelse

Du skal beholde operationsplasteret på indtil det ikke længere siver fra operationssåret. Det skal dog skiftes efter 7 dage.

Hvis der er blod i størstedelen af plasteret, skal du skifte det før – med det udleverede plaster.

Efter 7 dage og hvis der ikke er sivning fra operationssåret, kan du vælge at tage et almindeligt plaster på, hvis du føler at metalclipsene river i tøjet.

Du må gerne tage brusebad (ikke karbad), selvom du har plaster på.

Smerter

De smerter, du kender fra før operationen, der skyldes slid, vil forsvinde.

Intensiteten af smerter efter operationen er vekslende, afhængig af aktivitet og i takt med at du tager mindre smertestillende. Du kan opleve smerter i operationssåret, som aftager efter fjernelse

af metalclipsene. Smerterne kan også skyldes hævelse.

Forstoppelse

Du kan forebygge forstoppelse ved at drikke rigeligt og spise svesker eller lignende. Du kan købe afføringsmiddel i håndkøb på apoteket, hvor du også kan få yderligere vejledning om forstoppelse.

Misfarvning af benet

Benet og foden kan blive misfarvet, i form af blå mærker. Det er en helt almindelig reaktion, og blodansamlingerne fortager sig i løbet af nogle uger.

Hævelse af benet

Du kan opleve, at dit ben hæver op som følge af operationen. Det er vigtigt at veksle mellem aktivitet og hvile. Når du ligger ned, skal du så vidt muligt have benet oppe, gerne over hjertehøjde.

Medicin

Ved behov for ændring i medicin eller fornyelse af recepter, skal du kontakte egen læge.

Sygemelding

Du skal forvente at være sygemeldt i ca. 3 måneder.

Seksualitet

Du må dyrke sex så længe du overholder de samme forholdsregler, som i dine andre aktiviteter.

Bilkørsel

Du kan genoptage bilkørsel efter 4 – 6 uger, hvis det kan foregå på forsvarlig vis. Hvis du er i tvivl, så kontakt din egen læge eller dit forsikringssselskab.

Mulige komplikationer:

Betændelse

Du kan få betændelse i operations- såret. Det sker for 1 – 2 % af patienterne. Det kan i værste fald blive nødvendigt at operere hof-ten igen.

Blodprop

Risikoen er ca. 1 - 2 %.

Ledskred

Den kunstige hofte kan yderst sjældent gå af led. Risikoen er størst de første 3 måneder.

Holdbarhed af protesen

De fleste holder hele livet, men der er 10 – 15 % risiko for at pro-tesen kan gå løs eller blive slidt.

Andre komplikationer

I forbindelse med operation er der en lille risiko for problemer med hjerte og lunger.

Hvis du lider af forhøjet blodtryk, sukkersyge m.m., vil risikoen være lidt større.

Ambulant kontrol

3 måneder efter operationen

Kontrol hvor lægen vil undersøge din gang og benlængde. Du bliver indkaldt via E-boks.

I tilfælde af:

- Tiltagende smerter i hofte eller læg.
- Hoften eller benet bliver rødt, varmt og hævet og du får temperatur over 38°.
- Såret væsker.
- Andre komplikationer.

Skal du ringe til ambulatorium **tlf. 4732 3350**.

Er det udenfor åbningstiden og din henvendelse ikke kan vente til førstkommande hverdag, kan du kontakte ortopædkirurgisk sengeafsnit 3 på **tlf. 47 32 33 30**.

Afbud

Hvis du bliver forhindret i at møde til operationen, bliver syg eller har sår eller rifter på hoften, beder vi dig om hurtigst muligt at give os besked.

Tidsbestilling, afbud og spørgsmål

Sekretærtelefon 47 32 33 50. eller via »**Min Sundhedsplatform**«

Du kan finde yderligere information på [Artrose \(Slidgigt\) - Helbredsprofilen](#)