



PATIENTENINFORMATION FÜR HÜFTTOTALPROTHESEN OPERATIONEN

STATIONÄRER AUFENTHALT

Nach Ihrem Eintritt in das Spital werden Sie mit dem Patientenbett in den Vorbereitungsraum des Operationstraktes gebracht. Dort werden sie auf der Operationsliege gelagert und es wird die Narkose eingeleitet. Genauere Informationen erhalten Sie beim Gespräch mit dem Anästhesieteam. Nach der Operation werden Sie zuerst ein paar Stunden auf der „Aufwachstation“ überwacht und wenn sich der Kreislauf stabilisiert hat werden Sie wieder in Ihr Zimmer verlegt.

Bettruhe ist nicht notwendig, jedoch sollten Sie die ersten paar Mal nur in Begleitung aufstehen, bis Sie sich ganz sicher fühlen. Bitte läuten Sie dem Pflegepersonal! Im Spital erhalten Sie tägliche Physiotherapie mit Gangschule und Üben des Transfers aus dem und in das Bett. In den ersten 3 Monaten nach der Operation sollten **starke Beugung** des Hüftgelenkes (Vorsicht beim Absitzen!) **und starke Rotationen vermieden werden**. Versuchen Sie das operierte Bein mitsamt dem Becken immer „en bloc“ zu bewegen. Die Belastung des operierten Beines richtet sich hierbei nach Massgabe der Beschwerden. Eine Vollbelastung der operierten Hüfte ist prinzipiell erlaubt. Das Implantat ist hierzu ausreichend stabil! Die belastungsabhängigen Schmerzen sind meist durch Operationszugang (Hautschnitt, Bluterguss und Muskeldehnung) verursacht und sollten täglich weniger werden.

Die Einnahme der verordneten Medikamente ist die ersten 2 Wochen notwendig. Eine zu schnelle Reduktion der Medikamente kann zu einer verzögerten Rehabilitation führen.

ZIELE VOR AUSTRITT

- 1) Sicheres Gangbild - mit oder teilweise ohne Stöcke - in der Ebene und auf der Treppe.
- 2) Wundschmerz – mit den verschriebenen Medikamenten - im gut erträglichen Rahmen.
- 3) Wundverhältnisse reizlos und intaktes Wundpflaster.

Das Pflaster muss 2 Wochen belassen werden. Es ist wasserdicht und schützt vor Wundinfektion! Es wird erst durch den Hausarzt 10-14 Tage nach der Operation vor dem Entfernen der Hautklammern abgenommen. Bis dahin sollte kein Baden oder Wassertherapie erfolgen – kurz duschen ist erlaubt.

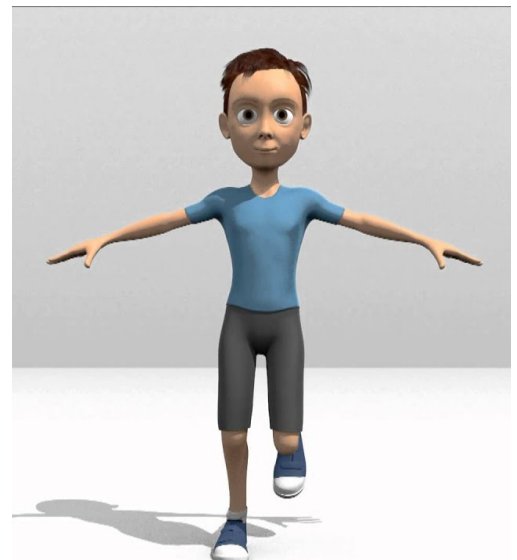
REHABILITATION

Eine stationäre Rehabilitation ist nicht notwendig. Es reicht aus, wenn Sie bei einem diplomierten Physiotherapeuten (heimatnah) bereits während des Spitalaufenthaltes Termine für die Folgebehandlung vereinbaren. Die Behandlungen sollten circa 1-2 mal pro Woche erfolgen. Eine entsprechende Verordnung zusammen mit dem OP-Bericht und einem Rezept für die Medikamente erhalten Sie bei Austritt. Halten Sie sich an die Übungsvideos auf praxisrapp.ch.

NACH DEM AUSTRITT

Mobilisation unter physiotherapeutischer Anleitung circa 1-2 mal pro Woche. Zusätzlich regelmässige „Gangschule“ selbständig mit oder ohne Gehstöcke nach Massgabe der Beschwerden. Die Gehstrecke kann nach Gefühl langsam gesteigert werden. Eine **Vollbelastung des Hüftgelenkes** ist erlaubt. Kurzzeitige (je eine Minute) einbeinige Balanceübungen rechts **und** links fördern die Koordination der Beinachsenmuskulatur und verringern das Sturzrisiko. Diese müssen mehrfach täglich zu Hause durchgeführt werden. Sogenannte „Kräftigungsübungen“ an Maschinen mit Gewicht sollten unterlassen werden.

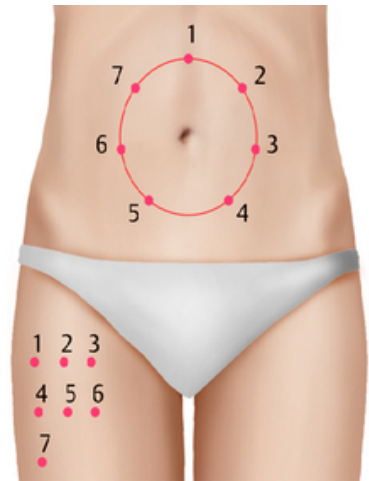
Bitte vereinbaren Sie eine **Wundkontrolle 10–14 Tage nach OP beim Hausarzt** zur Entfernung der Hautklammern. Bis dahin muss das durchsichtige Pflaster auf der Haut belassen werden. Sollte es sich vorher lösen bitte telefonisch oder per mail Bescheid geben.





Eine Weiterführung der entzündungshemmenden und abschwellenden „Schmerzmedikamente“ für 3-4 Wochen nach Operation wird empfohlen. Eine **schrittweise** Reduktion der Medikamente kann nach eigenem Ermessen erfolgen. Ebenfalls sollte die Thromboseprophylaxe-Spritze einmal täglich verabreicht werden solange Sie die Gehstöcke benutzen. Hierzu erfolgt eine Instruktion durch die Pflege während des stationären Aufenthaltes. Die Einstichstellen können Sie gemäss nebenstehender Abbildung variieren, um unnötige Hautirritationen zu vermeiden.

Eine Umstellung der Spritze auf Tablettenform (Xarelto) wird aufgrund erhöhter spontaner Blutungsneigung nicht empfohlen!



NACHKONTROLLEN

Eine Wundkontrolle (mit Entfernung der Hautklammern) durch den Hausarzt circa 2 Wochen nach der Operation wird empfohlen. Weitere Nachkontrollen in meiner Sprechstunde sind 6 Wochen, 3 Monate, 6 Monate und 1 Jahr nach OP vorgesehen, um den Rehabilitationsverlauf zu überwachen. Anschliessend werden Verlaufskontrollen zur Qualitätssicherung im 5 Jahres-Rhythmus angeboten.

Bis die Abheilung und Narbenbildung nach einer Operation oder einer Verletzung komplett abgeschlossen ist dauert es ein ganzes Jahr. **Seien Sie nicht beunruhigt, wenn Sie in den ersten Monaten der Rehabilitationszeit gelegentlich Beschwerden oder eine Schwellung wahrnehmen, dies ist normal.** Zögern Sie jedoch nicht, wenn Sie unsicher sind und kontaktieren Sie mich unter info@praxisrapp.ch oder per Telefon 044 387 31 45.

Wenn Sie mit meiner Behandlung zufrieden sind, freue ich mich, wenn Sie sich ein paar Minuten Zeit nehmen und bei [DocApp](#) oder [Google](#) eine gute Bewertung abgeben – einfach QR-Code unten scannen. Herzlichen Dank für Ihr Vertrauen!

Ich wünsche Ihnen gute Besserung und eine erfolgreiche Rehabilitation.

Ihr

Felix Rapp
Dr. med. F. Rapp

[Übungen](#)



[DocApp](#)



[Google](#)

