

# Zorgpad Heup

Binnenkort ondergaat u een operatie aan uw heup. Deze folder bevat belangrijke informatie over uw opname op de afdeling G5 Noord: Orthopedie, Sportgeneeskunde en Plastische chirurgie. Het is van belang dat u de informatie in deze folder met veel aandacht doorleest, zodat u goed voorbereid bent op uw opname in het ziekenhuis.

Uw operatie valt onder het zorgpad heup. Een zorgpad is een plan waarin beschreven staat wat er voor en na de operatie gedaan wordt.

## Opnameduur

De verwachte opnameduur is twee nachten. Bij een revisie van de prothese is dit drie nachten. De opnameduur kan anders zijn na inschatting op de poli.

## Informatie voor thuis, vooraf aan uw opname

- Bedenk of u gebruikt wilt maken van familieparticipatie. Zie de folder [Familieparticipatie](#).
- Zorg voor hulpmiddelen zoals: krukken en/of looprek en/of rollator en toiletverhoger. Als u alleen woont bent kan de 'helping hand' ondersteunend zijn. Zie de webpagina: [Informatie over hulpmiddelen](#).
- Het wordt geadviseerd om vooraf aan uw opname het lopen met krukken te oefenen. Dit kan eventueel met uw eigen fysiotherapeut.
- U wordt gebeld door de anesthesiologie. Deze zal met u doornemen of u moet stoppen met het innemen van bepaalde medicatie (denk aan bloedverdunners).
- We raden aan om de dag voor of de dag van uw opname te douchen.
- U moet nuchter zijn voor uw operatie. Dit betekent: u mag tot 6 uur voor de operatie eten en tot 2 uur voor de operatie heldere dranken drinken: water, limonade, helder sap, thee of koffie (mogen met suiker, maar NIET met melk).
- Tandgeneeskundige behandelingen moeten worden uitgesteld tot na uw operatie. Als dit niet kan moet u overleggen met uw operateur of de ingreep in uw mond geen probleem is voor uw operatie. Als er infecties in de mond aanwezig zijn moet u ook contact opnemen.
- Bel bij koorts of verkoudheid vlak voor de opname naar de verpleegafdeling: 020 566 30 56.

## Wat moet ik meenemen?

Er is in het ziekenhuis weinig ruimte, neem dus niet teveel mee. Gebruik bij voorkeur een opvouwbaar tas om uw spullen in mee te nemen.

U dient de volgende zaken mee te nemen:

- Geldig legitimatie bewijs
- Geld of pinpas (om iets te kunnen kopen bij winkels of het restaurant)
- Medicijnen (in de originele verpakking)
- Comfortabele kleding voor overdag (die makkelijk aan en uit te trekken is)
- Nachtkleding
- Pantoffels/badslippers
- Ondergoed
- Toiletartikelen
- Oplader
- Hulpmiddelen zoals rolstoel, krukken, rollator

## Voorafgaand aan de operatie (preoperatief)

Een dag voor uw operatie of op uw operatiedag wordt u verwacht op verpleegafdeling G5 Noord. U meldt zich bij de balie. Als er geen balie medewerker/-ster aanwezig is kunt u zich aanmelden bij één van de verpleegkundigen. U zult vervolgens worden begeleid naar uw kamer.

- Voor uw opname bent u al gebeld voor een opnamegesprek.  
De verpleegkundige op de verpleegafdeling stelt alleen nog aanvullende vragen zodat alle informatie goed geregistreerd is in het elektronisch patiëntendossier (EPD).
- U krijgt twee polsbandjes om.
- Er wordt mogelijk bloed bij u afgenomen.
- Er worden vitale controles gedaan (denk aan de bloeddruk, hartslag, saturatie en temperatuur). Ook wordt gevraagd naar uw lengte en gewicht.
- Mogelijk wordt er een hartfilmpje (ECG) gemaakt, dit is afhankelijk van uw leeftijd en/of u eerder hartproblemen heeft gehad.
- Als u suikerziekte heeft kan het voorkomen dat er op de verpleegafdeling al een infuus wordt geplaatst. Via het infuus kan glucose (water met koolhydraten) gegeven worden zodat uw suikerwaarde niet te laag wordt doordat u niks mag eten.  
De bloedsuiker waarden wordt in de gaten gehouden door de verpleegkundige.
- Als u astma of COPD heeft kan het zijn dat u verneveld wordt, dit heeft te maken met de beademing tijdens de operatie.
- U krijgt een operatiejas en -broekje aangereikt, de verpleegkundige vraagt u deze aan te trekken.

## Operatiedag

- Vlak voordat u richting de operatiekamer gaat wordt u gevraagd te plassen. U wordt hierna met uw bed naar de Verkoever gebracht. Hier worden een of meerdere infusen geplaatst en wacht u tot u wordt opgehaald om naar de operatiekamer te gaan. Daar spreekt u de anesthesioloog en de operateur.
- Na de operatie wordt u naar de Verkoever gebracht. Hier houden ze uw vitale gegevens in de gaten. Verder kunnen zij pijnstilling geven wanneer nodig.
- Het kan voorkomen dat u bij wakker worden een blaaskatheter heeft gekregen of dit na ontwaken nog krijgt. Dit is omdat de blaas zich te veel heeft gevuld tijdens de operatie of

deze zich niet kan legen.

Als u een blaaskatheter heeft gekregen zal deze in principe in de avond verwijderd worden.

- Als uw pijn onder controle is en uw vitale gegevens zijn goed wordt u opgehaald door de verpleegkundige van de verpleegafdeling. Eenmaal terug op de verpleegafdeling wordt u geholpen de eigen kleding aan te trekken en krijgt u wat te eten.

Als het goed gaat met de pijn en u goed wakker bent wordt u gevraagd om op het randje van het bed of in de stoel te gaan zitten. Het mobiliseren helpt u om stijfheid en andere complicaties te voorkomen.

- Om uw gezondheid in de gaten te houden zullen er regelmatig metingen van de vitale gegevens gedaan worden.

## **De dagen na de operatie (postoperatief)**

### **Dag 1\***

- U zult 's morgens vroeg wakker gemaakt worden door de verpleegkundige voor:
  - Medicatie
  - Controleren van de vitale functies
  - Helpen met het uit bed komen
  - Verbandcontrole
- Er zal mogelijk bloed worden afgenomen, voor bijvoorbeeld uw hemoglobine (hb) waarde. De waarde kan verlaagd zijn door bloedverlies tijdens de operatie. Indien uw waarde te laag is kan het zijn dat u een zakje donorbloed ontvangt.
- Uw gaat naar de röntgen voor een controle foto van de heup.
- Indien u geen medicijnen via het infuus krijgt en voldoende drinkt wordt het infuus afgekoppeld. De infuuscanule (venflon) blijft zitten.
- De verpleegkundige zal u in de ochtend helpen naar de stoel. De fysiotherapeut komt later langs om met u te oefenen.

### **Dag 2\***

- De fysiotherapeut komt langs om te oefenen.
- De infuuscanule wordt eruit gehaald.
- Eventueel aanwezig drukverband wordt 48 uur na de operatie verwijderd.

### **Dag 3\***

Indien nodig komt de fysiotherapeut langs om te oefenen.

*\*Als u veilig mobiliseert, de pijn onder controle is en de onderzoeken zijn afgerond, zult u met ontslag mogen gaan. Het kan dus zijn dat u op dag een of twee al met ontslag kunt.*

## **Leefregels tijdens en na de opname:**

- U mag na de operatie 100% staan op de heup, tenzij anders vermeld.
- U mag de eerste zes weken niet dieper buigen dan 90 graden. Ook moet naar binnen en buiten vallen van het been worden voorkomen. U mag de benen niet over elkaar doen tijdens het zitten. Bij het op de zij draaien in bed moet er een kussen tussen de benen gelegd worden.

## Fysiotherapie

De fysiotherapeut komt dagelijks langs om met u te oefenen en uitleg te geven. Hierbij stelt de fysiotherapeut het volgende doel op: veilig lopen met hulpmiddel te bepalen door de fysiotherapeut.

Doormiddel van loop- en transferoefeningen wordt ernaar gestreefd dat u op dag één zelfstandig de transfer van bed naar (rol)stoel kunt maken en hierna zelfstandig kunt lopen. Indien nodig wordt ook het traplopen met u geoefend.

## Ontslagcriteria

Om te bepalen of u met ontslag kunt kijken wij naar de volgende punten:

- De pijn is onder controle.
- Er is geen of kleine hoeveelheid wondlekkage.
- U kunt veilig uit bed, in de stoel en lopen.

## Ontslag

Vraag of degene die u ophaalt een (rode) rolstoel van beneden meeneemt (als u geen eigen rolstoel bij u heeft). Deze staan bij de hoofdingang. Hiermee kunt u naar de auto gebracht worden. Vervolgens kan de rolstoel weer bij de hoofdingang achtergelaten worden.

Op de afdeling krijgt u een verpleegkundige ontslagsamenvatting mee met daarin leefregels waar u zich aan moet houden.

Onderstaande papieren worden doorgestuurd:

- Een brief met medische informatie wordt doorgestuurd naar uw huisarts of als u niet naar huis gaat naar uw zorginstelling.
- Uw recepten worden doorgestuurd naar de poli-apotheek. Dit is de apotheek in het ziekenhuis.
- Uw poliafspraken worden doorgestuurd naar uw mail of zijn te zien in uw EPD (dit kan tot een week na uw ontslag nog worden nagestuurd).