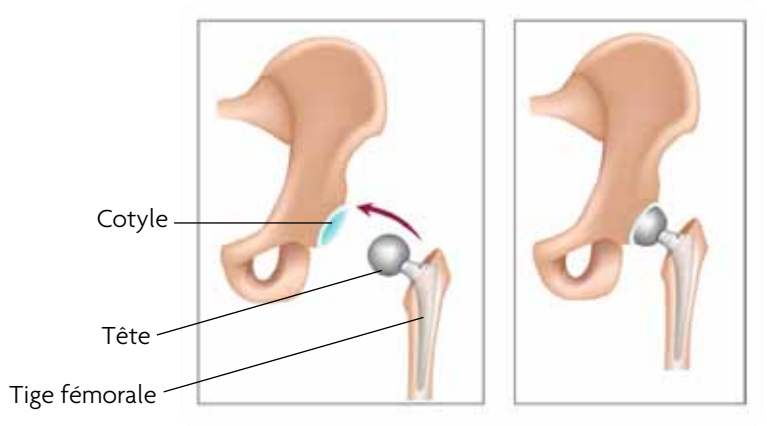




CENTRE HOSPITALIER
EMILE MAYRISCH

LA PROTHESE DE LA HANCHE



Bienvenue au Centre Hospitalier Emile Mayrisch.

Vous avez décidé avec votre chirurgien de faire un remplacement de votre hanche par une prothèse total de hanche (PTH).

Cette brochure vous guidera durant votre séjour et vous apportera, ainsi qu'à vos proches, certains conseils qui vous aideront lors de votre séjour à l'hôpital et pour le retour à la maison.

Qu'est-ce qu'une prothèse de hanche ?

Une prothèse totale de hanche (PTH) remplace la partie malade de l'articulation de votre hanche.

Elle est composée de deux pièces : un cotyle et une tige fémorale sur laquelle vient se mettre une tête soit en céramique soit en métal.

Déroulement de votre séjour

Tout d'abord, qu'est –ce que vous devez emmener :

- Le nécessaire de toilette : Serviettes, gants de toilette, savon, brosse à dents...
- Pyjamas
- Robe de chambre
- Pantoufles fermées (éviter les pantoufles ouvertes type sandales pour diminuer le risque de chute)
- Eviter d'emmener des objets à valeur

Vous entrez à l'hôpital la veille de votre intervention. Ceci nous permet de réaliser encore quelques examens nécessaires avant votre opération et de vous préparer :

- Rasage préopératoire
- contrôle anesthésie
- Analyses de sang éventuelles...
- Attribution de bas à varices
- Administration des traitements médicamenteux en fonction du protocole du chirurgien.

Le matin de l'opération

Un soignant vérifiera votre tension artérielle, pouls et température et l'absence de lésions cutanées.

donnera les médicaments prescrits par l'anesthésiste.

présentera la blouse, le slip et les bas à varices que vous mettrez après une douche.

vous accompagnera au bloc opératoire où vous serez pris en charge.

Après l'intervention :

L'opération terminée, vous serez en observation en salle de réveil jusqu'au lendemain matin.

Pour avoir de vos nouvelles, vos proches peuvent appeler dans l'après-midi le numéro ci-dessous:

ICA/Salle de réveil: +352 57 11 41001

Heure de visite salle de réveil: 17:00 hrs - 19:30 hrs

Au retour de la salle de réveil

Un soignant vérifiera régulièrement votre état général et votre pansement à la hanche. Pendant + /- 48 heures, vous aurez un ou plusieurs drains reliés à une bouteille pour récolter le sang qui peut encore se collecter dans votre plaie opératoire (sang provenant souvent des coupes osseuses).

On surveillera la perfusion en cours, laquelle permet une bonne hydratation et l'administration des antibiotiques et des antidouleurs.

Nous nous informons du seuil de votre douleur et nous la soulagerons avec un soin adapté ou l'administration d'un antalgique prescrit par le médecin.

Il ne faut pas attendre que la douleur soit trop importante pour la signaler.

Votre premier lever dépendra de la prescription médicale et sera effectué par le kinésithérapeute. Il passera 2 fois par jour pour votre rééducation à la marche.

Les jours suivants

Un soignant:

- vous aidera pour les soins d'hygiène quotidiens jusqu'à ce que vous soyez capable de vous prendre en charge seul.



- vous enseignera la technique pour vous injecter le traitement anticoagulant afin de prévenir une thrombose veineuse ou vous informera sur les soins à domicile.
- assurera le changement de votre pansement tous les 2 ou 3 jours ou selon les besoins.

Vous garderez ce pansement jusqu'à l'ablation des fils ou agrafes.
Une radiographie de contrôle sera effectuée les jours suivants votre opération.
Des analyses sanguines seront faites régulièrement.
Le personnel soignant, et le kinésithérapeute vous aideront à retrouver votre autonomie le plus rapidement possible afin que vous puissiez retourner sans crainte à domicile.

Conseils de départ de l'hôpital

Votre médecin prescrira la suite du traitement.
La date et l'heure de votre prochain rendez-vous à la consultation, ainsi que des bons pour une radiographie de contrôle, de la kinésithérapie et des analyses sanguines vous seront remis par le médecin ou l'infirmière.

Selon votre état de santé, vous pourrez rentrer à domicile ou profiter d'un séjour dans un centre de rééducation. Ceci a été discuté avec votre médecin avant votre hospitalisation.

L'équipe médicale et soignante organisera votre transfert.

Au cas contraire, vous pourrez être reconduit à la maison par un membre de votre famille.



La luxation

Il faut savoir qu'il existe dans les 3 mois suivant la pose de la prothèse un risque de luxation ou de «déboîtement». Celle-ci dépend du type d'intervention et de la voie d'abord utilisée.

Pour éviter une luxation:

Ne jamais croiser les jambes ni faire des mouvements de rotation extrêmes.
Tournez toujours tout le corps et non seulement la tête.
Évitez tout mouvement brusque et extrême.

Comment vivre avec une prothèse de hanche pendant les 2 premières semaines

Pour se lever:

- Assis dans le lit, appuyé sur vos mains, pieds croisés, pivotez bassin et jambes «en bloc» vers le bord du lit.
- Posez les deux pieds sur le sol. Penchez le corps légèrement en avant et mettez vous debout en vous appuyant sur les mains.

Se coucher:

- S'asseoir au bord du lit, pivotez les fesses pour vous allonger.

Pour s'asseoir:

- Le siège doit être haut. Tenir les accoudoirs ou les 2 bords du siège. Tendre la jambe opérée en avant et laisser glisser le pied en s'asseyant.
- Se relever d'un siège: la jambe opérée doit être tendue et les mains reposent sur les accoudoirs.

Pour dormir:

- Mettez un petit coussin entre les jambes.
- Il est déconseillé de se coucher sur le ventre.
- Vous pouvez dormir sur le côté opéré si ce n'est pas trop douloureux.

Pour se laver:

- Asseyez-vous pour vous laver, vous sécher, ou bien tenez vous à quelque chose de stable.
- Vous pouvez utiliser soit une éponge à long manche, soit une brosse à dos.
- Evitez de lever le pied au-dessus de la hanche.
- Si possible utiliser une douche.
- Un tapis antidérapant et des barres d'appui sont nécessaires.

Pour s'habiller:

- Asseyez-vous pour vous habiller.
- Pour enfiler slip, pantalon, bas...se munir d'une pièce à long manche, ou d'un enfile-bas.
- Vous pouvez utiliser un chausse-pied.
- Privilégiez les chaussures à velcro ou sans lacets
- Portez des chaussures avec des talons plats

Pour les escaliers:

- Montée: Jambe non-opérée en premier, puis l'autre jambe avec la canne.
- Descente: Canne et jambe opérée en premier, puis l'autre jambe.

Pour la voiture:

- Pour monter, tourner le dos à la voiture. S'asseoir en laissant les pieds dehors puis pivoter en maintenant les genoux écartés.
- Pour descendre: manœuvre inverse: pivotez en maintenant les genoux écartés, posez les pieds par terre et mettez vous debout.



Pour la vie quotidienne dans les 4 premières semaines :

- Evitez de porter des charges lourdes et dans tous les cas répartissez les charges.
- Attention aux tapis, vous risquez de glisser et de tomber.
- Attention au sol mouillé, aux objets qui traînent par terre.

Pour ramasser un objet:

- Vous êtes en appui sur une main (table, chaise, barre...) et sur votre jambe non opérée. Maintenant penchez le corps en avant et en même temps levez la jambe opérée vers l'arrière: vous pouvez toucher le sol.

Pour vos relations sexuelles:

- Abstention pour les premières semaines post opératoires.

Différentes aides techniques

Il existe de nombreuses aides techniques dont vous pouvez bénéficier à votre retour à domicile.

Béquille

Cadre de marche

Enfile - chaussettes

Canne quadripode

Canne

Rehausseur de WC

Barres et chaise de douche

Pince

Deux à trois mois après votre opération, vous devez avoir retrouvé en principe une mobilité normale de votre hanche ne nécessitant plus une aide et vous devez commencer à vivre en « oubliant » votre hanche.



Conclusion

Ces conseils ne doivent pas vous limiter mais vous permettent de ménager votre nouvelle hanche afin de garantir sa longévité.

L'équipe soignante et paramédicale de l'unité de chirurgie orthopédique et de rééducation vous souhaite une bonne convalescence et reste à votre entière disposition pour des questions éventuelles.





Site Esch/Alzette :
rue Emile Mayrisch
L-4240 Esch/Alzette

Dudelange :
rue de l'Hôpital
L-3488 Dudelange

Nieder Korn :
av de la liberté
L-4602 Nieder Korn

B.P. 436
L-4005 Esch/Alzette

info@chem.lu

Central téléphonique
(+352) 57 111

www.chem.lu