

# Totale heupprothese

## Stap-voor-stap



### Zondag

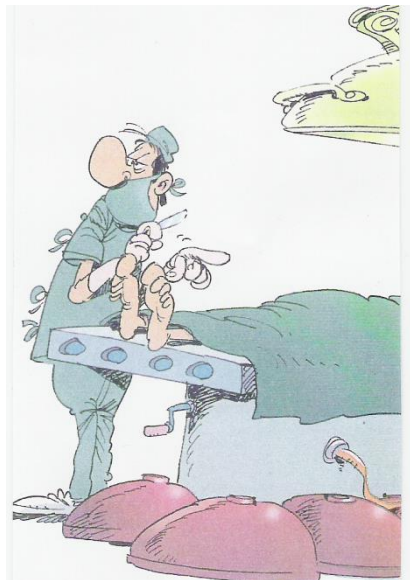
- ✓ **AVONDMAAL:** nuttig gerust nu een avondmaal, vanaf **24u.00** mag er **niet** meer **gegeten noch gedronken** worden. Vanaf morgen zal de voedingsassistente dagelijks langskomen om uw keuze en wensen in verband met voeding te noteren.
- ✓ **BLOED PRIKKEN:** dit bloed wordt doorgestuurd naar het laboratorium.
- ✓ **OPMAKEN VAN HET VERPLEEGDOSSIER:** overhandig uw zorg map met preoperatieve onderzoeken: bloedonderzoek, EKG en RX-foto's aan de verpleegkundige die verantwoordelijk is voor uw opname.



## **Maandag**

Vandaag is het de dag: u wordt geopereerd en zal nu iedere dag een stap vooruit zetten op weg naar uw herstel.

Het herstel begint met bedrust, de verpleegkundige zal regelmatig, ook 's nachts bij u langs komen om te kijken of alles naar wens verloopt.



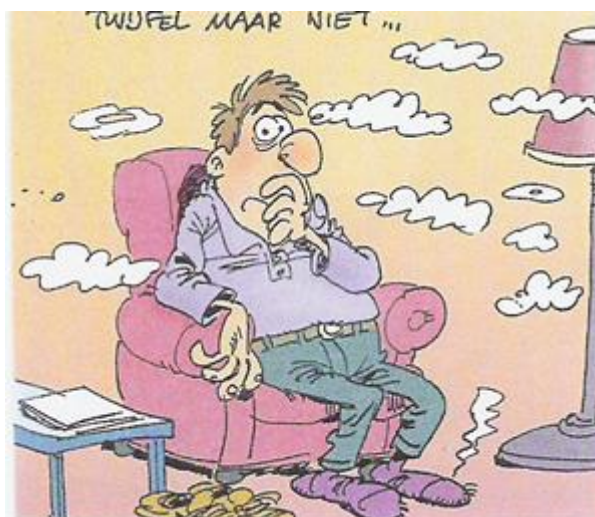
- ✓ **PIJN:** via een infuus en een pijnpomp krijgt u de nodige pijnmedicatie. Voldoende pijnstilling is noodzakelijk voor een vlotte revalidatie.
  
- ✓ **ETEN EN DRINKEN:** de verpleegkundige die u komt afhalen in de ontwaakzaal, zal u vertellen wanneer u iets mag drinken of eten.
  
- ✓ **PLASSEN:** heeft u een blaassonde, dan vloeit de urine spontaan af in het urinezakje. De mogelijkheid bestaat, dat u het gevoel heeft te moeten plassen, dit is een reactie van de urineblaas op de blaassonde. Dit gevoel is van voorbijgaande aard. Is dit niet het geval meld dit aan de verpleegkundige.
  
- ✓ **FRAXIPARINE® EN ANTI-FLEBITIS KOUSEN:** na afloop van de operatie zal U beide kousen aan hebben, die beschermen u tegen flebitis. Vandaag wordt na advies van uw orthopedist 's avonds het spuitje Fraxiparine in de buik gegeven.

## **Dinsdag**

De nachtverpleegkundige heeft opnieuw bloed geprikt.

Dit bloed gaat naar het laboratorium om te controleren of u geen bloedarmoede heeft. Na overleg met uw orthopedist wordt beslist of het noodzakelijk is om bloed toe te dienen. De verantwoordelijke verpleegkundige brengt u op de hoogte.

- ✓ **BLOEDDRUK, POLS EN TEMPERATUUR CONTROLE:** deze zaken worden dagelijks gecontroleerd. Thuismedicatie zal eveneens opgestart worden
  
- ✓ **FRAXIPARINE® TOEDIENEN:** het spuitje in de buik wordt vanaf vandaag 's morgens gegeven.
  
- ✓ **ONTBIJT:** Forceer niet als U nog geen eetlust hebt. Zorg wel dat u voldoende drinkt: het is gezond en bevorderlijk voor de nierfunctie.
  
- ✓ **VERZORGING:** de verpleegkundige zal instaan voor de verzorging, draai tijdens de verzorging steeds op het niet geopereerde been. Maak tijdens het draaien steeds gebruik van een kussen: laat het geopereerde been op het kussen liggen. Na advies van uw orthopedist zal de redon (vacuümfles voor verwijdering van het wondvocht), verwijderd worden, dit is geen aangenaam gevoel.
  
- ✓ **U ZIT OP IN DE ZETEL:** het is beter om tweemaal per dag op te zitten, neem nog voldoende rust. De zetel staat steeds langs de kant van het geopereerde been.



- ✓ **UW ORTHOPEDIST EN DE SOCIALE ASSISTENTE KOMEN LANGS :** nog vragen ? Stel ze gerust. Het is handig om deze vragen te noteren, zodat u ze niet vergeet tijdens het gesprek.
  
- ✓ **DE KINESITHERAPEUT EN DE ERGOTHERAPEUTE KOMEN LANGS:**  
  
**De kinesist,** komt op de kamer en geeft zowel actieve als passieve oefeningen.  
  
**De ergotherapeute,** komt toelichting geven over de aandachtspunten bij het uitvoeren van uw dagelijkse activiteiten
  
- ✓ **MIDDAG EN AVONDMAAL:** worden op de kamer genuttigd.
  
- ✓ **PIJN:** pijnstilling gebeurt nog steeds via een infuus en de pijnpomp.

**Vraag voldoende ijs, dit werkt ontzwellend en is pijnstillend.**

## Woensdag

Vandaag wordt u verlost van alle toeters en bellen zodat u alle bewegingsvrijheid heeft om zich te concentreren op de oefeningen. Trek gemakkelijke kleding aan die niet knelt.

- ✓ **BLOEDDRUK, POLS EN TEMPERATUUR CONTROLE:** de lichaamstemperatuur kan verhoogd zijn, dit noemen we resorptiekoorts. Uw lichaam moet ook veel arbeid verrichten om te herstellen van de operatie.
- ✓ **FRAXIPARINE®TOEDIENEN:** het spuitje in de buik.
- ✓ **ONTBIJT:** wordt genuttigd op de kamer
- ✓ **INFUUS:** alle leidingen worden verwijderd, er wordt een slotje op het cathetertje van uw infuus geplaatst. Zo vermijden we dat we morgen, indien nodig, een nieuw infuus moeten plaatsen om bloed toe te dienen.



- ✓ **VERZORGING:** heeft u een blaassonde? Dan wordt deze verwijderd, wees er aandachtig voor dat u voldoende drinkt. Dit om infectie van de blaas te voorkomen. Als u spontaan geplast hebt, laat het ons weten ! Indien mogelijk begint u aan het ochtendtoilet, de verpleegkundige komt helpen indien nodig.  
Is de redon nog niet verwijderd, dan zal dit vandaag gebeuren.
  
- ✓ **JOINT CARE®**  
vandaag komt u omstreeks 10.30u voor het eerst samen met de andere patiënten in de oefenruimte. Vanaf nu gebeuren de individuele en begeleide oefeningen onder begeleiding van de kinesist en ergotherapeute in deze ruimte.
  - Er wordt gestart met gangrevalidatie.
  
  - Het middagmaal wordt genuttigd in de leefruimte.

Van 13.00u tot 14.00u worden de oefeningen van de voormiddag verder gezet.

- ✓ **PIJN:** nu uw infuus verwijderd is, wordt uw pijnmedicatie in tabletten opgestart. Is de pijnmedicatie onvoldoende, laat het ons weten! Neem uw pijnmedicatie op regelmatige tijdstippen in, hou de pijn onder controle. Vraag voldoende ijs!
  
- ✓ **AVONDMAAL:** wordt op de kamer genuttigd.

**Het is heel motiverend om samen met de anderen te oefenen, maar pas op dat stimulans, niet overslaat in overmoed.**

**Probeer uw uiterste best te doen, neem een voorbeeld aan de anderen, maar onthoud wel dat iedereen binnen zijn eigen tempo en mogelijkheden herstelt.**

## Donderdag

De nachtverpleegkundige heeft opnieuw bloed geprikt.

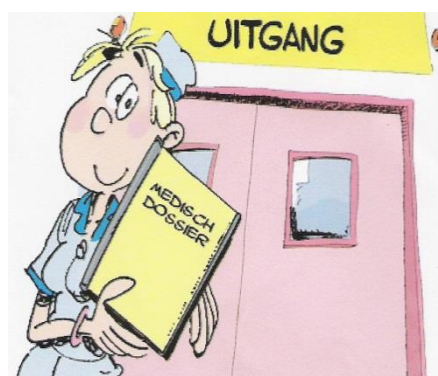
- ✓ **BLOEDDRUK, POLS EN TEMPERATUUR CONTROLE.**
- ✓ **FRAXIPARINE®:** het spuitje in de buik.
- ✓ **ONTBIJT:** wordt op de kamer genuttigd.
- ✓ **VERZORGING:** vandaag gebeurt uw ochtendtoilet in de badkamer met eventueel hulp van de verpleegkundige. Vraag gerust om een stoel in de badkamer te plaatsen, het is vaak comfortabeler dat u even kan gaan zitten. Het cathetertje waarop het infuus was aangekoppeld, mag verwijderd worden, indien het bloedonderzoek ok was.
- ✓ **JOINT CARE®:** om 10.30u wordt u in de oefenruimte verwacht. De kinesist en de ergotherapeute komen langs.
  - U stapt met een looprek of krukken.
  - De oefeningen worden progressief opgedreven.
  - Het middagmaal wordt genuttigd in de leefruimte.
  - Van 13.00u tot 14.00u worden de oefeningen van de voormiddag verder gezet.
- ✓ **CONTROLE FOTOT:** er wordt een RX-controle genomen van uw heup, om te controleren of alles in orde is.
- ✓ **AVONDMAAL:** wordt op de kamer genuttigd.



## Vrijdag

De dag van het ontslag is aangebroken. Hebt u nog vragen, stel ze gerust, we zullen ze graag beantwoorden. De sociale assistente regelt alles zodat u met een gerust gemoed naar huis kan.

- ✓ **BLOEDDRUK, POLS EN TEMPERATUUR CONTROLE:** Hebt u gisteren bloed toegediend gekregen, dan bestaat de mogelijkheid dat uw lichaamstemperatuur verhoogd is. Dit is een normale lichaamsreactie.
- ✓ **FRAXIPARINE®:** spuitje in de buik.
- ✓ **VERZORGING:** uw ochtendtoilet gebeurt in de badkamer ; nog hulp nodig ; geef een seintje ; de verpleegkundige komt dan ook de wondzorg doen. Er zal nagegaan worden of een doorzichtig flexverband op de wonde kan gelegd worden. Met dit flexverband kan u een douche nemen ; het voordeel is dat de wonde kan geobserveerd worden zonder het verband te verwijderen.
- ✓ **JOINT CARE®:** vanaf 10.30u tot 11.30u geven de kinesist en de ergotherapeute de individuele oefeningen. Daarnaast wordt gewerkt aan uw zelfredzaamheid.
  - Het middagmaal wordt genuttigd in de leefruimte.
  - In de namiddag gaat u naar de revalidatiezaal beneden, waar u zal kennis maken met een gamma aan extra oefeningen.





**ENKELE WEETJES.**

- Uw orthopedist komt 's morgens langs met de ontslagformulieren.
- Als u de afdeling verlaat, verwittig ons. U krijgt dan uw medicatieschema mee samen met een afspraakdatum bij de arts.

**Het Joint Care® team wenst u een spoedig herstel toe,  
en dankt u voor de vlotte samenwerking.**