

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.

This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

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

- Controleer of u de folder [Familieparticipatie](#) hebt ontvangen en bedenk of u hier gebruik van wilt maken.
- Zorg voor hulpmiddelen zoals: krukken, looprek, rollator en/of toiletverhoger. Als u alleenwonend 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 met uw eigen fysiotherapeut.
- Voor uw opname wordt u gebeld door de anesthesioloog deze zal met u doornemen of u moet stoppen met het innemen van bepaalde medicatie (denk aan bloedverdunners). Verder wordt u gebeld door de preoperatieve poli en mogelijk ook door de apotheek. De preoperatieve poli belt u voor een telefonisch opnamesprek. De apotheek zal uw thuismedicatie met u verifiëren.
- 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).

- Overleg met uw operateur of tandgeneeskundige behandelingen moeten worden uitgesteld tot na de operatie. Als er een ontsteking in de mond aanwezig is moet u contact opnemen.
- Bel bij koorts, verkoudheid of andere tekenen van ontsteking 48 uur voor de opname naar de verpleegafdeling: 020 566 30 56.
- Amsterdam UMC is een openbare ruimte waardoor diefstal helaas af en toe voorkomt. We raden aan om waardevolle spullen thuis te laten.

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 moet het volgende meenemen:

- 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 en/of rollator

Voorafgaand aan de operatie (preoperatief)

Een dag voor uw operatie of op uw operatiedag wordt u verwacht op verpleegafdeling G5 Noord. De app "Route in Amsterdam UMC" kan helpen bij het vinden van de weg naar de afdeling. Op de afdeling meldt u zich bij de balie.

- Voor uw opname bent u al gebeld voor een opnamegesprek. De verpleegkundige op de verpleegafdeling stelt aanvullende vragen zodat alle informatie goed in uw elektronisch patiëntendossier (EPD) staat.
- U krijgt twee polsbandjes om.
- Er wordt mogelijk bloed bij u afgenomen.
- Er worden vitale controles gedaan (denk aan de bloeddruk, hartslag, ademhaling 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 bloedsuikerwaarde 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 bloeddruk, hartslag, ademhaling en pijn in de gaten.
- Het kan voorkomen dat u bij wakker worden een blaaskatheter heeft gekregen of dit na wakker worden 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 u terug bent op de verpleegafdeling en het goed gaat met de pijn wordt u gevraagd om op de bedrand of in de stoel te gaan zitten. Het mobiliseren helpt u om stijfheid en andere problemen te voorkomen.

De dagen na de operatie (postoperatief)

Dag 1*

- U zult 's elke ochtend vroeg wakker gemaakt worden door de verpleegkundige voor:
 - Medicatie (vier keer per dag)
 - Controleren van de vitale functies (drie keer per dag)
 - 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.
- U 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 verpleegkundige zal u in de ochtend helpen naar de stoel. De fysiotherapeut komt later langs om het uit bed gaan en/of lopen met u te oefenen.

Dag 2 t/m 3*

- De verpleegkundige zal u in de ochtend helpen naar de stoel. De fysiotherapeut komt later langs om het lopen en/of traplopen met u te oefenen.
- Het infuus wordt verwijderd.

**Als u veilig loopt, 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 verteld na de operatie.
- U mag de eerste zes weken niet dieper buigen dan 90 graden.
- U 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 de volgende doelen op:

- U kunt zelfstandig van bed naar stoel (dag 1).
- U kunt zelfstandig lopen met of zonder loophulpmiddel (dag 1 of 2).
- U kunt zelfstandig traplopen met of zonder loophulpmiddel, als dit nodig is (dag 3).

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 waaraan u zich 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 medicijnen worden doorgestuurd naar de poli apotheek. Dit is de apotheek in het ziekenhuis. Hier kunt u de voorgeschreven medicijnen ophalen.
- Uw poli afspraken worden doorgestuurd naar uw mail of zijn te zien in uw elektronisch patiënten dossier (EPD).