

# Operation af hoften

## Kunstigt hofteled

Du har fået konstateret slidgigt i hoften og skal have et kunstigt hofteled (hofteprotese). Leddet består af en del, der erstatter hofteskålen og en del, der erstatter lårbensknoglen.

## Sådan forbereder du dig

Det er vigtigt, at du forbereder dig inden operationen. Nogle forberedelser er afgørende for, om vi kan operere dig, mens andre har betydning for dit videre forløb. Kontakt os altid, hvis du er i tvivl.

### Undersøgelser før operationen

Senest 5 uger før din operation skal du eventuelt have taget blodprøver og et hjertekardiogram (EKG). Vi giver dig en plan, hvor du kan se, hvilke undersøgelser og forberedelser der gælder for dig inden operationen.

Du skal selv bestille tid på [www.booking.rsyd.dk](http://www.booking.rsyd.dk)  
Du kan også bestille tid over telefonen til at få taget blodprøven hos din egen læge eller på et af regionens sygehuse.

Find telefonnumre til sygehusene her:

[www.rsyd.dk/blodprover](http://www.rsyd.dk/blodprover).

Når datoen for din operation nærmer sig, bliver du ringet op af en sygeplejerske, der taler med dig om forberedelser og din forstående operation. Her har du også mulighed for at stille spørgsmål.

Hvis du skal have en robot-assisteret operation, får du en indkaldelse til CT-scanning på Middelfart Nærhospital.

### Vaccinationer

Du må ikke blive vaccineret mod covid-19, pneumokok og influenza i 1 uge før og efter operationen.

### Faste

Du skal faste før operationen. Det betyder:

- 6 timer før operationen skal du stoppe med at spise al mad, mælkeprodukter, juice med frugt-kød og smoothie. Drik heller ikke mælk i din kaffe/te.
- 2 timer før operationen skal du stoppe med at drikke alle væsker. Vi anbefaler, at det sidste, du drikker, indeholder sukker. Det kan gøre, at du har det bedre efter operationen.

Hvis du har mad eller væske i maven, når du er bedøvet, kan det glide op af mavesækken og ned i lungerne, fordi alle muskler slapper af. Det kan give alvorlige komplikationer. Hvis du ikke har fastet, bliver din operation udsat eller aflyst.

### Kontakt os, hvis du har sår, rifter eller tegn på sygdom

Når du skal opereres, må du ikke have sår, bumser, insektstik, eksem eller rifter på hoften. Du må heller ikke have bylder eller sår, der væsker eller er betændte på resten af kroppen. Det øger risikoen for betændelse, og i nogle tilfælde kan vi være nødt til at aflyse operationen.

Du må heller ikke være – eller lige have været – i behandling med antibiotika for fx blærebetændelse eller tandproblemer.

Hvis du bliver forkølet, syg eller får feber, skal du ringe til os på 79 40 57 55.

## Ortopædkirurgisk Afdeling

### Medicin

Hvis du har diabetes og bruger insulinpumpe, skal du fortsætte med pumpens faste basalindstillinger. Hvis du får tabletter eller indsprøjtninger mod diabetes, skal du holde pause med medicinen på selve operationsdagen. Vi ringer til dig og fortæller, hvad der gælder for dig.

Begynder du på ny medicin efter vores samtale, eller har du spørgsmål, skal du kontakte os.

### Gør dig klar til operationen

På operationsdagen skal du:

- tage et bad og vaske dig grundigt
- undgå at bruge creme i området, hvor du skal opereres
- undgå make-up og neglelak
- tage rent tøj på, du selv let kan få af og på
- fjerne eventuelle smykker og piercinger
- fjerne kontaktlinser eller tage et etui til dem med på sygehuset.

### Forebyg betændelse

Du kan selv være med til at forebygge betændelse ved at:

- undgå at barbere benet i 1 uge før operationen
- søge tandlæge, hvis du har problemer med dine tænder, eller ikke har været ved tandlæge de seneste 6 måneder
- kontakte din egen læge, hvis du har symptomer på blærebetændelse, lungebetændelse, influenza eller nedgroede negle.

### Aftale om hjælpemidler

Inden din operation ringer vi til dig for at aftale, hvilke hjælpemidler du skal bruge efter operationen, og hvor du henter dem.

### Rygning

Du skal stoppe med at ryge senest 8 uger før operationen, da det er den tid, det tager, før hjerte og lunger fungerer normalt igen efter et rygestop. Du bør også undlade at ryge et halvt år efter operationen.

### Alkohol

I 4 uger før operationen bør du ikke drikke mere alkohol, end Sundhedsstyrelsen anbefaler. Det vil sige 10 genstande om ugen for både kvinder og mænd. Hvis du drikker mere end 4 genstande om dagen, skal du helt holde op med at drikke alkohol.

### Træning

Jo bedre fysisk form du er i før operationen, jo lettere vil du kunne genoptræne din hofte efter operationen. Selvom du har slidgigt i din hofte, er det vigtigt, at du træner det, du kan. Træningen må ikke give dig flere smerter.

### Forbered din hjemkomst

Du må ikke selv køre hjem eller tage offentlig transport, så du skal arrangere, at nogen henter dig på sygehuset.

De første dage efter operationen kan du have fysiske begrænsninger og brug for hjælp i det daglige. Overvej, om du har pårørende, der kan hjælpe dig i dagene efter operationen, eller om du eventuelt har behov for hjemmehjælp.

Vær opmærksom på, at du selv skal kontakte din kommune, hvis du har brug for hjemmehjælp. Læs mere på [borger.dk](http://borger.dk), eller kontakt visitationen i din kommune.

### Pakkeliste

På operationsdagen skal du medbringe:

- toiletsager
- tøj til træning, gerne løse bukser med brede ben
- behageligt og rummeligt fodtøj, du selv kan få af og på
- din sædvanlige medicin i original emballage.

## På sygehuset

Når du er på sygehuset, sker der meget på kort tid. Vi forsøger at holde dig og dine pårørende godt informeret undervejs, og du er altid velkommen til at

## Ortopædkirurgisk Afdeling

stille spørgsmål.

### Sådan foregår operationen

Du bliver enten fuldt bedøvet, så du sover, eller du bliver bedøvet fra navleniveau og nedefter, så du ikke mærker smerter. I det tilfælde kan vi give dig noget afslappende medicin, så du døser lidt hen. Når bedøvelsen virker, laver vi et snit på hoften og sætter det kunstige hofteled ind. Til sidst lukkes såret med klips, og du får plaster på.

Selve operationen varer cirka 1 time.

Protesen består af 2 dele:

- 1 del, der erstatter hofteskålen (en kunstig hofteskål og en slidflade)
- 1 del, der erstatter lårbensknoglen (lårbensprotese og et kunstigt lårbenshoved).

### Mulige komplikationer

Ved alle operationer er der risiko for komplikationer. Komplikationer ved denne operation kan være:

- betændelse i hofteledet
- blodpropper
- nerveskader
- hoften går af led
- betændelse i operationssåret
- en revne i knoglen, hvor protesen indsættes
- blødning.

Hvis du er i særlig risiko for komplikationer, taler vi med dig om det.

### Operationens resultat

Cirka 15 % af dem, der får en kunstig hofte, vil fortsat have smerter i hoften efter operationen, men man har oftest færre smerter end før operationen.

Først 1-2 år efter operationen kan du forvente, at du har opnået det endelige resultat af operationen.

Vi kan ikke sige præcist, hvor længe den kunstige hofte holder, men vi ved, at cirka 80 % af de

kunstige hofter, der er indopereret for 20 år siden, fortsat fungerer. I nogle tilfælde skal dele af den kunstige hofte skiftes senere i livet.

Resultatet af operationen afhænger i høj grad af din genoptræning.

I nogle tilfælde kan det være nødvendigt for os at øge muskeltrækket og/eller ændre en smule på benlængden. Det gør vi for at gøre hofteledet mere stabilt. Det kan betyde, at benet på den opererede side bliver en smule længere end det andet.

Hvis forskellen generer dig, kan du bruge et indlæg i skoen på den modsatte fod. Indlæg eller tilpasning af fodtøj skal du selv få lavet hos en skomager eller bandagist.

### Efter operationen

Efter operationen bliver du kørt på opvågningsafsnittet, hvor du skal være, indtil vi er sikre på, at du har det godt.

Nogle oplever at have kvalme og kaste op efter bedøvelsen. Du får medicin mod smerter og kvalme, hvis du har behov for det. Fortæl os gerne, hvis du tidligere har oplevet at få kvalme efter bedøvelse, så vi kan give dig noget kvalmestillende medicin forebyggende inden operationen.

Du skal regne med at komme hjem senere samme dag eller dagen efter, du er blevet opereret.

### Genoptræning

Hvis du ligger for længe i sengen efter operationen, har du en øget risiko for blodpropper i benene. Når du kommer tilbage til sengeafsnittet efter operationen, skal du derfor gerne begynde at lave øvelser. Vi hjælper dig i gang. Træningen styrker også dine muskler og forbedrer, hvor godt du kan bevæge din hofte.

Hvis du bliver udskrevet samme dag, så ringer fysioterapeuten til dig 2-4 dage efter operationen.

## Ortopædkirurgisk Afdeling

Ellers vil fysioterapeuten træne med dig dagen efter operationen.

### Blodfortyndende medicin

Mens du er indlagt, får du blodfortyndende medicin. Hvis du fik blodfortyndende medicin før din operation, lægger vi en plan for opstart af din vanlige medicin.

### Røntgenbillede af din nye hofte

Senere samme dag eller dagen efter operationen tager vi et røntgenbillede af din nye hofte for at sikre os, at alt er i orden.

### Smerter

Det er normalt at have ondt efter operationen, men det er individuelt, hvor stærke smerter man har. Vi sørger for, at du får smertestillende medicin, så du kan komme op og bevæge dig og lave øvelser.

### Hjemmehjælp og hjælpemidler

Inden du skal hjem, vurderer vi, om du har brug for flere hjælpemidler end dem, du allerede har fået. Vi taler også om, hvorvidt du har brug for hjælp fra kommunen til at komme i bad og få tøj på.

## Når du kommer hjem

Inden du skal hjem, taler vi med dig om, hvad du skal være særligt opmærksom på. Det har betydning for, hvor godt du kommer dig i tiden efter.

### Forholdsregler de første 24 timer

Hvis du skal hjem samme dag, som du er blevet opereret, gælder der nogle regler for dig de første 24 timer, da du kan være påvirket af bedøvelsen. Vær opmærksom på, at du:

- har en person, du kan ringe til, hvis du har brug for hjælp
- ikke må køre bil eller andre køretøjer
- ikke må betjene maskiner.

### Bilkørsel

Du må køre bil, når:

- klipsene er fjernet
- du ikke tager stærk smertestillende medicin (fx morfin)
- du har fuld kontrol over dit ben.

Typisk må du køre bil 2-6 uger efter operationen.

Som passager kan du køre sædet langt tilbage, tippe ryglænet bagud og eventuelt lægge en pude på sædet, så du nemmere kan stige ind og ud af bilen.

### Sygemelding

Du skal forvente at være sygemeldt i 2-3 måneder, hvis du er i arbejde. Sygemeldingens længde afhænger af, hvilket arbejde du har. Det taler vi med dig om.

## Mere viden

På hjemmesiden kan du finde mere information om hele dit forløb:

[www.sygehuslillebaelt.dk/ortov-hofteoperation](http://www.sygehuslillebaelt.dk/ortov-hofteoperation)

### Kontakt

Ortopædkirurgisk Afdeling  
Beriderbakken 4  
7100 Vejle  
Ortopædkirurgisk Dagafsnit  
79 40 57 43