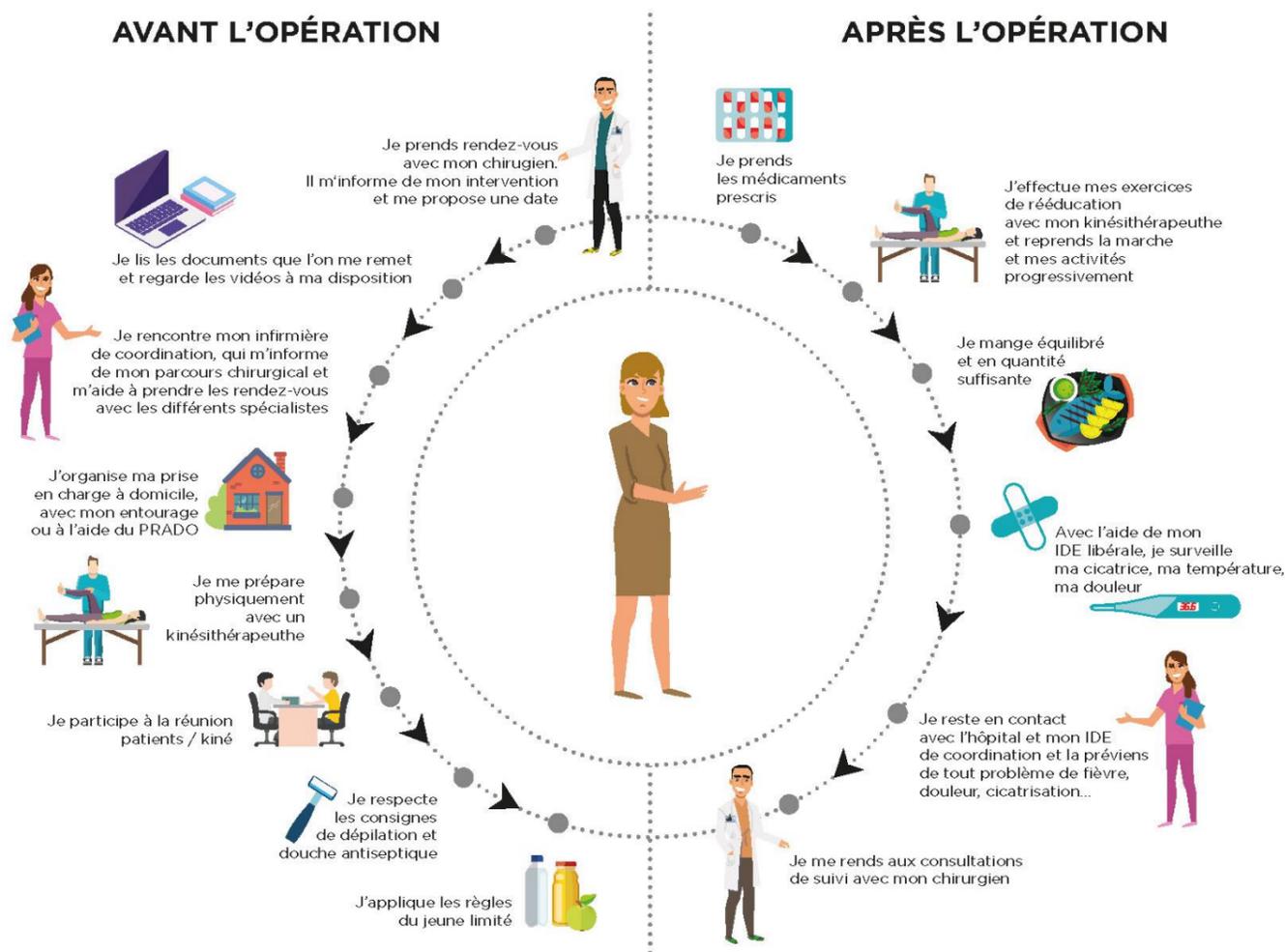


CONTACTS :
INFIRMIÈRE DE COORDINATION : 05655524216
SECRETARIAT DE CHIRURGIE ORTHOPÉDIQUE : 0565552430

AVEC LA RAAC*, JE SUIS IMPLIQUÉ DANS MON INTERVENTION CHIRURGICALE

*Patients éligibles à la **Réhabilitation Améliorée Après Chirurgie** : Prothèses totales de hanche, de genou, chirurgie de l'épaule

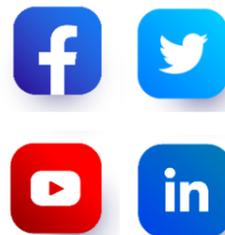


INF-CHRODEZ-041

Avec la participation de :
Dr A. NEBUNESCU - Chirurgien,
Dr T.GARNAUD - Médecin anesthésiste,
Géraldine ALVAREZ - Infirmière coordinatrice,
Séverine MAUREL - Kinésithérapeute,
équipe pilote du projet RAAC.

Remerciements:
Marion BLANQUET - Graphisme.

Suivez nous :



REHABILITATION AMÉLIORÉE APRÈS CHIRURGIE DE PROTHÈSE TOTALE DE HANCHE

Votre hanche vous fait mal, l'arthrose empêche le bon fonctionnement de l'articulation, qui devient raide, rendant les mouvements difficiles.

Vous avez des douleurs dans la fesse, le pli de l'aîne, sur le côté, parfois jusque dans le genou. Vos muscles s'affaiblissent et votre marche devient anormale, voire impossible.

Vous avez besoin d'une arthroplastie de la hanche.

Vous allez bénéficier d'une intervention chirurgicale au cours de laquelle votre hanche sera remplacée par une prothèse.



De grands progrès ont été réalisés ces dernières années dans la conception et mise en place des prothèses totales de hanche.

La technique chirurgicale dite mini-invasive, avec une voie d'abord antérieure, permet après la mise en place de la prothèse d'approcher le fonctionnement d'une hanche normale.



Cette technique permet de nombreux avantages :

- Diminution de la longueur de la cicatrice, la rendant plus esthétique,
- Diminution des douleurs post opératoires grâce à une intervention plus courte, qui préserve les muscles, et une anesthésie moins lourde,
- Reprise de la marche précoce (au retour du bloc opératoire),
- Autonomie quasi immédiate, avec reprise des gestes de la vie quotidienne dès la première semaine.
- Un risque de luxation faible.



AVANT L'OPÉRATION

Vous allez rencontrer l'équipe pluridisciplinaire :

- **Le chirurgien**, qui va évaluer votre degré d'usure de la hanche, vous informer des techniques opératoires, programmer la date d'intervention,
- **L'infirmière coordinatrice**, qui prolongera les informations et sera votre interlocuteur privilégié tout au long de votre parcours chirurgical. Elle vous proposera un suivi via une application smartphone, ou vous remettra les documents et questionnaires nécessaires pour préparer votre parcours chirurgical
- **La kinésithérapeute**, qui vous expliquera votre programme de rééducation, et vous décrira les mouvements à éviter après votre intervention
- **Le médecin anesthésiste**, qui vous aidera à prévenir tous les risques liés à l'intervention,
- À domicile, les acteurs de soin qui vous suivront dès votre retour : infirmiers, kinésithérapeute...
Des séances de kinésithérapie préparatoire à l'intervention seront à faire peu de temps avant l'intervention.

LE JOUR DE L'OPÉRATION

Vous êtes hospitalisé le matin de l'intervention, en principe 2H avant de descendre au bloc opératoire.

Un soignant vous accueille et vérifie avec vous le respect du jeûne limité, et votre dossier.

Vous descendez au bloc opératoire après avoir été préparé (rasage et douche préopératoire)



APRÈS L'OPÉRATION

À l'hôpital :

- Retour en chambre après passage en salle de réveil 2h,
- Collation donnée des le retour, puis repas normal quelques heures après,
- Début de la reprise de l'autonomie, marche avec la kiné, exercices de renforcement musculaires, descente et montée des escaliers, aide à l'utilisation de l'attelle réfrigérée,
- Retour à la maison le soir même ou le lendemain.

À la maison :

- Poursuite de la rééducation seul, et avec le kiné. Il est indispensable de vous impliquer dans votre rééducation, en faisant de la marche quotidienne et les exercices de rééducation seul quand le kiné n'est pas là. Les premiers jours le kiné viendra chez vous, puis vous poursuivrez les séances les semaines suivantes à son cabinet, Vous prendrez quotidiennement les médicaments prescrits en respectant la posologie,
- Utilisez plusieurs fois 30 min par jour la ceinture réfrigérée la première semaine,
- Votre infirmière libérale viendra chez vous tous les jours vous faire les injections d'anticoagulant, surveiller vos constantes et votre pansement ; et peut aussi vous aider pour votre toilette, habillage et pose de bas de contention. Progressivement vous retrouverez une complète autonomie, et pourrez reprendre vos activités quotidiennes dès le premier mois. La reprise des sports simples (natation, vélo, randonnée..) est possible à partir de la troisième semaine, ainsi que la conduite automobile ; pour les sports intensifs ou à risque, il est conseillé d'attendre 3 mois et de demander conseil à votre chirurgien.
L'activité sexuelle est possible, il faut toutefois favoriser les positions où la hanche est en flexion, et éviter l'hyper extension du bassin.
Les voyages sont possibles, pour l'avion pensez à demander un certificat médical justifiant le port de matériel métallique.

Les risques post opératoires liés a vos antécédents et à la pose de la PTH (infection, luxation., anémie) sont faibles, mais non négligeables. Il est important de respecter toutes les consignes données avant votre intervention par votre chirurgien, kiné, anesthésiste et IDE de coordination ; et ne pas hésiter à nous contacter au moindre incident qui surviendrait à domicile. Votre IDE libérale peut aussi vous aider à détecter toute survenue de complication.

N'hésitez pas à demander conseil à votre chirurgien ou infirmière coordinatrice pour toute demande particulière.